
This is the **published version** of the article:

Romero Corral, Garazi; Hills Zárate, Margaret, dir. La DMT con mujeres solicitantes de asilo : una exploración psicosocial. Bellaterra: Universitat Autònoma de Barcelona, gener 2020. 100 pàgines.

This version is available at <https://ddd.uab.cat/record/222209>

under the terms of the  license

LA DMT CON MUJERES SOLICITANTES DE ASILO: Una exploración psicosocial

Garazi Romero Corral
Máster en Danza Movimiento Terapia
Tutora: Dra. Margaret Hills de Zárate

RESUMEN

A través del presente trabajo escrito, se dará cuenta de un estudio piloto llevado a cabo con un grupo de ocho mujeres solicitantes de asilo. Este estudio pretende demostrar la aplicabilidad de la Danza Movimiento Terapia en la intervención con mujeres refugiadas y solicitantes de asilo. Para ello, toma como referencia el estudio de Katia Verreault (2017), realizado en un centro de psiquiatría transcultural en los Países Bajos y realiza las modificaciones necesarias para adaptarlo al contexto de esta investigación y a los objetivos de la misma. También es un ejercicio de reflexividad que toma como referencia la teoría feminista del conocimiento situado propuesta por Haraway (1988/1991; Harding 1991, 1996, 2008) en la que se declara la posición de la investigadora ante la investigación, señalando una serie de marcadores sociales: raza, cultura, clase, género, etnia, privilegio, a fin de señalar su conciencia de que estos marcadores han influido en el proceso de investigación. En este estudio, las respuestas de transferencia y contratransferencia de la terapeuta / investigadora también se consideran como 'ideas psicoanalíticas que pueden respaldar el uso de la reflexividad por parte del investigador de manera sensible a la dinámica de poder de las entrevistas [y] que posicionan a los investigadores como testigos en lugar de autoridades' (Bondi 2014). Además, el inconsciente persigue nuestra investigación tanto como la raza, la cultura, la identidad y el privilegio (Proudfoot 2015).

Palabras clave: Solicitantes de asilo, Danza Movimiento Terapia, estudio piloto, reflexividad, conocimientos situados, contratransferencia.

ABSTRACT

This paper will report on a pilot study carried out with a group of eight female asylum seekers. This study aims to demonstrate the applicability of Dance Movement Therapy in an intervention with refugee and asylum-seeking women. It takes as a reference the study by Katia Verreault (2017), carried out in a centre for transcultural psychiatry in the Netherlands with some necessary modifications to adapt it to the context and objectives of this research. It is also an exercise in reflexivity which refers to the feminist theory of situated knowledge proposed by Haraway (1988/1991; Harding 1991, 1996,2008) in which the researcher's position vis a vis the research is declared by signalling a series of social markers – race, culture, class, gender, ethnicity, privilege, in order to signal her awareness that these markers have influenced the research process. In this study the therapist/researcher's transference and countertransference responses are also considered as 'psychoanalytic ideas can support the researcher's use of reflexivity in ways that are sensitive to the power dynamics of interviews [and] that position researchers as witnesses rather than authorities' (Bondi 2014) Moreover, the unconscious haunts our research just as much as race, culture, identity and privilege do (Proudfoot 2015).

Keywords: Asylum seekers, dance movement therapy, pilot study, reflexivity, situated knowledge, countertransference

AGRADECIMIENTOS

A mi aita y a mi ama, por permitirme siempre regresar a casa, en el sentido literal y psicoanalítico del verbo regresar, pues para la realización de esta tesina han permitido que regrese a mis tiempos de bachiller, en los que todos sus esfuerzos estaban dedicados a proporcionarme el sustento material, emocional y económico posible para que yo solo me dedicase a estudiar. A mi pareja, porque el índice corrió a su cuenta y mis nervios también. Y por aceptar todas mis crisis, las neuróticas y las psicóticas, y lidiar con ellas con el arte de una psicoterapeuta en proceso de formación. También porque cuando siento que el mundo a mi alrededor se va a desvanecer me dice que *Ça va aller*, y consigue que yo me lo crea. A mis amig*s, en especial a aquell*s que hacen de su hogar un hogar temporal en el que refugiarme. A mi mejor amiga de la carrera y probablemente una de mis mejores amigas de la actualidad, que es la mejor profesora de psicoterapia que he tenido nunca. A mi mejor amiga de la Ikastola, por compartir noches de insomnio y de estudio y porque después del sobresfuerzo de esta tesina, creo que nunca escribiré un libro. A mi mejor amiga de toda la vida, por ser tú y estar siempre ahí a pesar de la distancia y de mis ausencias. A su familia, que es también la mía, por lo mismo. Y ya de paso a mi familia, porque si no, no sería quien soy y no estaría escribiendo esta tesina. A toda ella le debo la sabiduría de mis entrañas. A mis tripas, que es de donde estoy escribiendo estos agradecimientos que me han quedado excesivamente emocionales y muy poco académicos. A ellas también porque probablemente sea desde ahí, desde donde he escrito toda la tesina. A las chicas del máster, por compartir conmigo sus entrañas, sus tripas, sus danzas y sus apuntes. A la directora del máster, porque su increíble presencia terapéutica me hizo creer en la DMT, al equipo de profesores y profesoras porque sus esfuerzos fueron en la misma dirección. A mi tutora de tesina, porque siempre estuvo al otro lado de la pantalla, independientemente de la hora y el lugar. A mi supervisora por ayudarme a abrir caminos y enseñarme a bailar con la *bola enorme*. A las participantes de la investigación, porque sin su valentía esta investigación no hubiera sido posible. Al equipo de la asociación con la que trabajé, por sus ganas y su disponibilidad sin fronteras. Y para terminar, a mis camaradas, por lo que me enseñaron en las calles y en las asambleas sobre el amor y la rebeldía.

ÍNDICE

Resumen	2
Agradecimientos	4
Índice	5
INTRODUCCIÓN.....	6
Epistemologías feministas y conocimientos situados.....	9
Motivaciones personales y políticas.....	14
Revisión de la literatura / Justificación de la investigación.....	15
METODOLOGÍA.....	19
Objetivos.....	21
Participantes.....	23
Descripción del proceso.....	23
Consideraciones éticas	25
Sesiones.....	28
Reflexividad y contratransferencia.....	41
Recolección de datos.....	45
Análisis de datos.....	46
RESULTADOS.....	47
Beneficios de la DMT con personas refugiadas.....	47
Requisitos de la DMT con personas solicitantes de asilo o refugiadas.....	50
Discusión.....	53
Conclusiones	57
Referencias bibliográficas.....	60
ANEXOS	65
Anexo 1:Cartel.....	65
Anexo 2: Presentación.....	66
Anexo 3: Consentimiento.....	67
Anexo 4: Cuestionario.....	68
Anexo 5: Descripción detallada del proceso.....	69
Anexo 6: Dibujos y escritos.....	92
Anexo 7: Evaluación final.....	100

INTRODUCCIÓN

“Si Europa me mata, no me matará de hambre, ni de frío, ni dejándome en manos de Turquía como si fuese basura. Si Europa me mata, a mí, que soy tan blanca, tan poseedora de un pasaporte español, tan de clase media, me matará de dolor, de vergüenza, de impotencia. Si Europa me mata, me matará diciendo «mira lo que hago delante de tus narices, en defensa de tus privilegios y tu bienestar»”.

(Miner, 2016)¹

Quise empezar este proyecto de investigación de fin de máster con las palabras de Kattalin Miner, periodista feminista vasca, ya que creo que expresan a la perfección una de las razones por las que he decidido hacer el trabajo de investigación de fin de máster con personas refugiadas. En un principio, mi intención era realizar una investigación artística con mujeres que habían pasado por procesos migratorios, utilizando la DMT como facilitadora en la creación de narrativas corporales propias de estos procesos. Subrayando la importancia de que sean las propias personas implicadas las narradoras de su propia historia y ofreciéndoles así el espacio para que fueran sujetas activas de esta investigación. Pero precisamente porque fueron las mismas participantes quienes fueron dando forma

¹ Traducción de euskera al castellano realizada por la autora.

al contenido, la investigación fue tomando sus propios caminos gracias a las aportaciones de las mujeres que en ella participaron.

Para la participación de las mujeres, fue necesario contactar con varias instituciones que trabajan con personas refugiadas y presentar el proyecto; el cual sería un proyecto piloto, constituido por 7 sesiones que iban de octubre a noviembre. Después de algunas negativas en varias de ellas, tuve la suerte de encontrarme con la respuesta del equipo de psicólogas de la institución con la que trabajé, quien desde un principio mostró gran interés y curiosidad por el proyecto y por la incorporación del cuerpo en el trabajo terapéutico con personas refugiadas. A través de esta institución, fue posible difundir el cartel y la carta de presentación del taller. Gracias a esta difusión y a las entrevistas iniciales que hice con las mujeres que estaban interesadas en el taller de Danza Movimiento Terapia, en un principio, salió un grupo de 6 mujeres procedentes de distintos países de Abya Yala² con edades comprendidas entre 23 a 55 años. En la descripción del proceso se darán más detalles de las entrevistas iniciales y de la constitución del grupo de mujeres participantes, pero cabe añadir, que una hora antes de la segunda sesión, recibí dos llamadas para preguntarme si podían incorporarse dos mujeres más, con lo que la lista de participantes ascendió a 8 mujeres. Durante el mes y medio que duró el proyecto, el grupo pasó por diferentes momentos de participación, pasando de una alta asistencia y participación inicial a una gran disminución de las participantes. Esto no solo puso de manifiesto el limbo de sus vidas que se reflejaba a través del grupo sino que también conformó una contratransferencia con una amplia gama de emociones que variaban de un profundo

2 Abya Yala: Organizaciones, comunidades e instituciones indígenas y representantes de ellas de todo el continente de América, se refieren al territorio continental con el término Abya Yala, utilizándolo en documentos y declaraciones orales, como símbolo de identidad y en oposición al término América que se considera derivado del colonialismo (Rodas, 2013). A menudo este término se refiere exclusivamente a lo que se conoce como América Latina (Estermann, 2014) y en este estudio se utilizará de esta manera, para referirse únicamente a países que proceden de Latinoamérica.

agradecimiento e ilusión por el proyecto a momentos de inestabilidad, inseguridades y miedo.

Más allá del proceso y de la parte empírica, enfrentarme a un trabajo de investigación me resultó imponente desde un principio y una vez acabada la intervención, incluso durante la intervención misma, tuve que hacer frente a la página en blanco durante semanas, es más, solo conseguí sentarme a escribir un tiempo después de haber acabado las sesiones. Pero desde un principio tuve claro que no me acercaría a esta investigación desde una posición de autoridad y saber supremo y para ello fue fundamental el acercamiento a las epistemologías feministas. Gracias a este acercamiento, pude apoarme en la teoría y formalizar dos puntos fuertes de la investigación. El primer punto está relacionado con la ruptura con las formas de conocer tradicionales y dominantes en las que existe una oposición radical y jerarquizada entre un “sujeto” que conoce y un “objeto” que se busca conocer (Cruz, Reyes y Cornejo, 2012). Es a través de esta ruptura que fue posible asumir a las mujeres que participaron en la investigación como activas en la producción de conocimiento y en las narrativas de sus propias historias.

“Es imposible hablar sobre la historia única sin hablar del poder.

Hay una palabra del idioma igbo, que recuerdo cada vez que pienso en las estructuras de poder en el mundo y es "nkali", es un sustantivo cuya traducción es "ser más grande que el otro".

Al igual que nuestros mundos económicos y políticos, las historias también se definen por el principio de nkali. Cómo se cuentan, quién las cuenta cuándo se cuentan, cuántas historias son contadas en verdad depende del poder. El poder es la capacidad no sólo de contar la historia del otro, sino de hacer que esa sea la historia definitiva”.

Adichie, (2009). 9:38 min.

El segundo punto que aportó el acercamiento a las epistemologías feministas, fue el de los conocimientos situados (Haraway, 1988, 1991). El planteamiento de los conocimientos situados, propone exponer la subjetividad de la persona investigadora, poniendo en evidencia el contexto histórico y socioeconómico en el que se ubica junto con las inquietudes políticas, afectivas y emocionales que la definen. En esta investigación en concreto, decidí llevar a cabo el ejercicio de los conocimientos situados, no sólo dando cuenta de mi contexto y mis inquietudes, sino a través del autoanálisis de mi propia contratransferencia corporal; la cual fue puesta en evidencia tanto a través de las notas personales sobre mis reacciones corporales al material que las mujeres iban depositando en las sesiones, como a las sesiones de supervisión que realicé durante los dos meses que duró la parte empírica de la investigación y al análisis de los vídeos de las improvisaciones en movimiento que realicé después de cada sesión. Además, cabe añadir que el material contratransferencial a menudo es inconsciente y es por ello, que la mirada externa de mi supervisora fue de gran ayuda para desvelarla.

Epistemologías feministas y conocimientos situados

La investigación cualitativa tiene en cuenta la subjetividad de la persona investigadora en la producción de conocimiento. Como señala Breuer (2004:2), 'todo conocimiento – incluyendo el científico – es ineludiblemente portador de características del sujeto que conoce y, por tanto, irrevocable e intrínsecamente subjetivo' (Breuer (2004:2).

Es así que a lo largo del trabajo, se presentan argumentos para mostrar por qué el uso de la tercera persona neutral y anónima es engañoso cuando se aplica a la investigación cualitativa ya que destruye los elementos sociales del proceso de investigación. Con respecto a la investigación en los paradigmas cualitativos, críticos y

feministas, se argumenta además que el uso de la primera persona es necesario de acuerdo con las epistemologías de la investigación y en la búsqueda de la reflexividad. (Webb 1992; Davies 2012; Mitchell 2017, 2018).

Además, deteniéndonos en esa “sujeto que conoce” de la que hablaba Breuer, en la investigación cualitativa, igual que se ha pretendido hacer en esta investigación, no sólo la subjetividad de la persona que investiga está en juego, sino que la subjetividad de las personas investigadas también está implicada, en tanto que co-constructoras que comparten la producción del conocimiento con la investigadora (ibíd). Este hecho se materializará a través, de sus intervenciones, sus escritos y dibujos y las evaluaciones finales en las que las participantes valorarán el proceso terapéutico. Por el contrario, con esto no pretendo decir que esta investigación estará exenta de las relaciones de poder que se generan entre la investigadora y las personas investigadas, o entre la terapeuta y sus pacientes, sino que habrá un intento de deconstruir estas relaciones y equilibrar la balanza en la medida de lo posible.

Si reparamos a nuestra disciplina, la Danza Movimiento Terapia, también podemos encontrar referentes en este sentido. Christine Caldwell, entre otras, en su ponencia en las jornadas para la celebración del 15º aniversario del máster en Danza Movimiento Terapia de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB), apelaba a la autoridad corporal de la paciente respecto a su experiencia encarnada y a la autoridad compartida entre terapeuta y paciente en pro de evitar abusos de poder y fomentar relaciones más saludables (ibíd). Además, en esta misma ponencia, Caldwell sitúa a las pioneras de la DMT y expone que en su mayoría eran blancas, heterosexuales, sanas y de clase media y hace un ejercicio de autoanálisis a través de la observación de su propio cuerpo y de su perfil de movimiento, poniendo sobre la mesa sus privilegios al tener un aspecto y una

manera de moverse que entran dentro de los cánones de lo normativo. “Si examinamos nuestro sentido del movimiento normativo y no normativo (en especial cómo se manifiesta en la observación y evaluación del movimiento) y examinamos de qué maneras quizás estemos perpetuando estéticas corporales que simplemente reflejan nuestros propios cuerpos, podremos atender mejor a pacientes que son muy diferentes de nosotros” (Caldwell, 2018:17).

Volviendo a la idea de dar cuenta de la subjetividad de la persona que investiga, quisiera subrayar la pertinencia del autoanálisis de la investigadora en los diseños cualitativos, el cual en las epistemologías feministas se aborda a través del planteamiento de Donna Haraway (1988) de los conocimientos situados. A través de esta propuesta se pretende apuntar a la parcialidad del conocimiento que no por ello deja de ser objetivo, sino que, al contrario, ofrece una objetividad rigurosa pero no neutral. Es en este sentido también que se defiende el uso de la primera persona a lo largo del texto.

Si reparamos a la teoría del punto de vista feminista, esta teoría nace a principios de los años 70 y finales de los 80 con el objetivo social y político de crear conocimiento teórico y práctico, sobre las mujeres, para las mujeres y más tarde desde y con las mujeres (Espín, 2012). Esta propuesta parte de dos supuestos básicos para analizar las relaciones de poder y el conocimiento. El primero se refiere a la posición privilegiada y hegemónica de los hombres en el orden social (añadiría de los hombres blancos, heterosexuales y de clase media). Esta hegemonía da como resultado un conocimiento parcial y perverso, en palabras de Harding (1996), y que ofrece una visión que solo atiende a los intereses y valores de estos mismos hombres.

“La desconsideración de [...] desigualdades lleva a despreciar su existencia, lo que hace que no se creen medios de conocimiento que pudieran ponerlas en evidencia (análisis, indicadores, estadísticas, informaciones...), lo que provoca que se tenga menos conciencia de ellas y que no se dé prioridad a su eliminación, lo que lleva a su desconsideración y desprecio...”
(Gálvez y Torres, 2010: 154)

El segundo supuesto de la teoría del punto de vista feminista tiene que ver con considerar a los grupos minoritarios como epistemológicamente privilegiados, ya que aparte de conocer el discurso dominante conocen también su discurso propio, de manera que la potencialidad crítica es mayor a la vez que generan nuevos discursos y nuevas experiencias, disponiendo así de un conocimiento más completo (Espín, 2012). Por el contrario, no todas las perspectivas feministas están de acuerdo en el origen de la posición epistémica privilegiada de los colectivos oprimidos. Para algunas perspectivas del feminismo radical y del eco-feminismo esto es algo innato pero, para otras visiones más extendidas, no se puede reclamar esta posición privilegiada de manera automática o global (Wylie (2004: 348) sino que se consigue a través de “procesos colectivos de lucha científica y política” feminista que hagan a los “diferentes grupos históricos de mujeres sujetos del conocimiento feminista” (Harding (2008:122). Además, en la tercera ola del feminismo, las feministas antirracistas y poscoloniales han empezado a cuestionar la supuesta homogeneidad del sujeto mujer y la existencia de un único punto de vista feminista, señalando a las mujeres blancas como privilegiadas y al feminismo hegemónico como potenciador de desigualdades. “En este proceso de apertura de la teoría del punto de vista feminista se van proponiendo distintas posiciones concretas de opresión que pueden ser transformadas en recursos epistémicos y científicos” (Espín (2012: 64). Es más, gracias

a la teoría de la interseccionalidad, se ha dado una respuesta concreta a esta apertura del punto de vista feminista. El término de la interseccionalidad, fue creado por Kimberlé Crenshaw y desafía el supuesto de que todas las mujeres están igualmente posicionadas por las estructuras de poder, resaltando las desigualdades que existen entre las mujeres en función de factores como la raza y la clase, entre otros (Crenshaw, 1989).

Volviendo a la pretendida neutralidad de las ciencias sociales, esta podría relacionarse con la neutralidad del psicoanálisis clásico que presenta a la persona analista como una tabula rasa en la que la persona analizada “proyecta sentimientos y deseos” (Aron, 1996, citado por Dosamantes-Beaudry, 2007). Pero este enfoque entorno al tratamiento psicoanalítico ha ido cambiando en las últimas décadas y junto con el cambio de paradigma en el campo de la investigación, donde la autoridad del saber se comparte con las personas investigadas, también en el campo de la psicoterapia psicoanalítica se ha ido dando un cambio similar, ya que se ha empezado a considerar la relación terapéutica y a las dos personas que la integran (paciente y terapeuta) como “dos co-participantes en un proceso de descubrimiento y de co-construcción centrada en el desarrollo del sentido del self (sí mismo) y la narrativa del ‘self ‘del paciente” (Aron, 1996). Es en ese momento de cambio de paradigma, en el que se acuñó el concepto de contratransferencia. Gracias a este concepto, esta pretendida neutralidad del analista de la que se hablaba antes, fue puesta en cuestión y las reacciones emocionales de la terapeuta se empezaron a tornar objeto de interpretación, en favor del ejercicio terapéutico. La Danza Movimiento Terapia (DMT), también hizo suyo el concepto de contratransferencia y es así que en 1997, Dosamantes- Beaudry empezó a referirse a la contratransferencia somática para atender ese tipo de contratransferencia que ponía de manifiesto las reacciones corporales de la terapeuta. Debido a la relevancia de este concepto en DMT y a la relevancia del análisis de

la contratransferencia de la persona investigadora en las investigaciones cualitativas que pretenden dar cuenta de la subjetividad de quien investiga, en esta investigación dedicaré un apartado a profundizar en mi propia contratransferencia. Para ello, analizaré las notas sobre mi contratransferencia somática, los vídeos en movimiento creados después de las sesiones y los descubrimientos realizados en mi supervisión, con el objetivo de llevar a cabo un ejercicio de autoanálisis en pro de generar un conocimiento situado y una objetividad fuerte.

Motivaciones personales y políticas

Mi relación con el tema y el interés por el mismo atienden a motivaciones políticas y personales. Por un lado, asumir la responsabilidad y el reto que implica llevar a cabo este trabajo es una manera de paliar y hacer frente a la culpa, la impotencia, la rabia y el malestar que me generan las políticas exteriores y migratorias de la Unión Europea en general y del Estado Español y del Gobierno Vasco en particular. Aún siendo consciente de que existen particularidades y diferencias entre las políticas de los estados miembro de la Unión Europea e incluso entre las políticas del Estado Español y de la Comunidad Autónoma Vasca, existen también puntos en común que se resumen en fomentar una industria armamentística que produce guerras, expoliar los recursos naturales de los países empobrecidos y cuando los y las habitantes de estos países vienen a Europa en busca de refugio levantar vallas en las fronteras, abrir centros de retención y dificultarles la obtención del asilo político o en el peor de los casos, denegárselo.

Por otro lado, el segundo motivo por el que creo que siempre he tenido un interés en trabajar con personas migrantes es que mis dos abuelas y dos abuelos también migraron desde Castilla y León al País Vasco para trabajar, y aunque no existe punto de comparación, entre

la realidad que vivió mi familia y la que viven las personas migrantes y/o refugiadas, procedentes de países no occidentales – sobre todo porque mi familia no tuvo que hacer frente a situaciones de clandestinidad e ilegalidad y por la diferencia de distancia de sus lugares de origen – la situación de ocupación que vive Euskal Herria por parte del Estado Español, que se concluye en una identidad nacional fuerte, generaba en ocasiones un rechazo muy específico hacia las personas que migraban del resto del Estado. El ejemplo más claro de esto es el término de maketo, extendido por Sabino Arana, el fundador del partido nacionalista vasco – partido político creado en 1895 de ideología nacionalista vasca, liberal y demócrata cristiana – y que se utiliza para denominar de manera peyorativa a las personas provenientes del resto de comunidades del Estado Español y a las personas que no hablan en euskera.

Revisión de la literatura / Justificación de la investigación

Hace ya alrededor de tres años que la “mal llamada crisis de refugiados” se agudizó y que asistimos a la llegada de cientos de miles de personas que intentan escapar de la guerra, la pobreza y la miseria. “Los datos son escalofrantes: 216.000 llegadas en 2014, 1 millón en 2015, más de 100.000 solo en el primer trimestre de 2016” (Turrión & Jiménez, 2016:8). Desde entonces, los gobiernos miembro de la Unión Europea se han dedicado a poner vallas, negociar cuotas de acogida, como si de ganado se tratase y criminalizar a las personas migrantes y/o refugiadas en pro de políticas de seguridad y defensa que alimentan discursos xenófobos y racistas. “En su obsesión por las políticas de seguridad y de lucha contra la inmigración irregular, Europa ha externalizado sus fronteras a través de un amplio dispositivo militar y policial que dificulta la llegada de personas necesitadas de protección internacional y que ha convertido la huída en una nueva forma de violencia” (Cear-Euskadi, 2012:9). Además, volviendo a citar a Caldwell, la autora alerta de que “la

injusticia, la pobreza, la degradación ambiental y los regímenes autoritarios” desnaturalizan a las personas y “las tratan como productos de consumo y como instrumentos”(Caldwell, 2018:16). Es por eso, que esta misma autora, subraya la importancia de la DMT en el siglo XXI, ya que coloca a esta forma de psicoterapia entre las “psicoterapias de abajo arriba”, no solo porque la DMT tiene una visión del ser humano más holística que la psicoterapia moderna occidental donde parece que todo se reduce a la mente y al raciocinio, sino también porque posibilita posicionarse frente a diferentes problemáticas sociales. Es más, la propuesta de Caldwell es concisa y concreta ya que anima a responder a los desafíos que plantean esas diferentes problemáticas sociales, a través de la vinculación a “paradigmas que valoren la sostenibilidad, la comunidad, la autoridad compartida y un tratamiento justo” (ibíd.) para todas las personas.

Huir de su país de origen por la guerra u otras adversidades puede producir en las personas refugiadas un tipo de añoranza del hogar que estará contaminada por el miedo y otras emociones negativas (Koch & Dieterich-Hartwell, 2018). Además, en muchas ocasiones, en el país de acogida también se experimentan sentimientos de inseguridad e incertidumbre, debido a la situación de clandestinidad e ilegalidad, junto con la imposibilidad de encontrar un trabajo, de estudiar e incluso de viajar, algo que les hace sentirse como en una cárcel. A través de un estudio de métodos combinados con 20 personas refugiadas de diferentes países que vivían en Heidelberg, Alemania, Koch (1999) demuestra que la morriña o añoranza del hogar es el factor que mayor estrés genera en esta población.

Pero además de la nostalgia, según Grinberg & Grinberg (1989) citado por Callaghan (1998), migrar supone una profunda crisis identitaria, ya que los códigos con los que se comprendía e interactuaba con el entorno cambian. Las referencias culturales, el

idioma, las costumbres no son las mismas y esto genera un conflicto interno. De hecho, esta misma autora, observó en sus pacientes que sus cuerpos no les pertenecían. Y por lo tanto, si Jorba (2018), defiende que el cuerpo es el hogar de la identidad, podemos sostener que las personas migrantes y/o refugiadas deben hacer frente a una doble pérdida, por un lado la pérdida de casa, familia y amistades y por otro, la pérdida de una identidad sólida.

Aunque la Danza Movimiento Terapia se ha desarrollado en países occidentales, diversos estudios muestran que gracias a su carácter holístico, la DMT puede ser una herramienta útil a la hora de trabajar con personas procedentes de diferentes culturas (Koch, & Weidinger-von der Recke, 2009; Harris, 2007; Verreault, 2017). Es más, si reparamos en la añoranza del hogar, que es uno de los sentimientos que pueden experimentar las personas que han pasado por procesos migratorios, la DMT puede brindar un hogar temporal o un espacio psicológico seguro (Koch, & Dieterich-Hartwell, 2018; Verreault, 2017), a partir del cual experimentar la sensación de “estar como en casa” y entonces, poder sentirse mejor en el nuevo entorno y afrontar los nuevos retos. Según Meeks (2012), con la ayuda de la DMT podemos explorar la metáfora del cuerpo como hogar, de manera que podemos crear ese lugar seguro del que hablábamos en el propio cuerpo y así trasladarlo a las diferentes circunstancias de la vida. De hecho, este mismo autor vincula el concepto de self con el hogar y así sostiene lo que venimos diciendo hasta ahora.

Por otro lado, expresarse a través del movimiento, puede ayudar a superar las barreras lingüísticas que encuentran muchas de las personas migrantes y/o refugiadas (Callaghan, 1998), que no siempre dominan el idioma del país de acogida. Asimismo, este autor explica cómo en muchos de los países de origen de las personas desplazadas, la psicoterapia no está bien vista ya que se relaciona con la enfermedad mental y por eso, trabajar con estas personas

utilizando una terapia de movimiento puede ayudar a superar estos prejuicios entorno a la terapia, puesto que la práctica de la DMT se relaciona con actividades de celebración, deporte o con el arte.

Por último, la Danza Movimiento Terapia puede ayudar a la reconstrucción de la identidad en las personas que han vivido procesos migratorios, creando un puente entre la cultura de origen y la cultura de acogida (Koch, & Dieterich-Hartwell, 2018). Estas mismas autoras citan a Dokter (1998, p. 16) que sostiene que la DMT “se puede utilizar para ayudar a mantener una identidad cultural, en especial en situaciones en las que se pierde parte de esa identidad o bien entra en conflicto con la cultura dominante”. Como ya sabemos, el cuerpo es la herramienta principal de la DMT y es desde el cuerpo y a través del cuerpo que las personas que se benefician de esta terapia, se conectan consigo mismas y con las demás personas (Verreault, 2017). Esta conexión es la que pretende ayudar a la creación de las narrativas corporales, construyendo así historias encarnadas y contadas en primera persona y poniendo en el centro a las protagonistas de las mismas.

A través de la revisión de la literatura y de los estudios que la sustentan, he podido justificar la importancia de este estudio. Además, he podido comprobar que existe muy poca literatura en castellano a este respecto y que apenas hay investigaciones que utilizan la Danza Movimiento Terapia con esta población realizadas en el Estado Español, a pesar de que en 2018, según el informe anual de CEAR, fue “el principal país de llegadas por vía marítima, con 58.569, el 51% del total” CEAR (2018 : 5). Es más, “apenas 575 personas obtuvieron el estatuto de refugiado y 2.320 la protección subsidiaria” (ibíd.), datos que demuestran un preocupante desinterés o una notable incompetencia frente a la problemática social de las personas refugiadas.

METODOLOGÍA

Para el desarrollo del estudio utilicé un método de investigación cualitativa, ya que pretendía entender en profundidad las problemáticas de la vida de las mujeres que se enfrentan a una experiencia migratoria y de exilio y ahondar en los diferentes recursos de los que disponían para hacer frente a los desafíos de sus vidas. Por el contrario, en ningún momento el objetivo de esta investigación fue generalizar los resultados a la población diana (Vivar, McQueen, Whyte, & Canga Armayor, 2013), es decir, a todas las mujeres refugiadas; puesto que desde un principio, se consideró que era un colectivo de mujeres múltiples y diversas. De la misma manera que la teoría de la interseccionalidad muestra que el sujeto del feminismo no es homogenizable, se puede partir de esta misma teoría para evitar desarrollar estudios y teorías que fomenten estereotipos. Al mismo tiempo, tampoco quisiera caer en relativismos que hacen imposible generar categorías que ayuden a simplificar la realidad. Este mismo estudio, junto con los estudios que han sido seleccionados en la revisión de la literatura, muestra que hay experiencias y situaciones que se repiten tanto en la vida de las personas refugiadas como en las intervenciones psicoterapéuticas con esta población.

El método utilizado en el presente estudio piloto está dividido en dos partes. En la primera parte, tomé como guía principalmente el estudio de Katia Verreault (2017) y llevé a cabo una intervención de Danza Movimiento Terapia (DMT), compuesta por siete sesiones de hora y media. En su estudio fenomenológico exploratorio, Verreault tiene como objetivo comprender la aplicabilidad de la DMT en la intervención con mujeres solicitantes de asilo y refugiadas, explorando si el compromiso corporal podría fomentar un tratamiento basado en la resiliencia (Verreault, 2017). Con esto no quiero decir que no se tuvieran en cuenta el resto de estudios realizados con esta

población pero sí que el estudio de Verreault, aparte de ser uno de los pocos realizados con mujeres, proporcionó una guía en la definición de los objetivos, en el diseño de la estructura de las sesiones y en la previsión de los posibles resultados. Además, es un estudio reciente y la autora alerta de la necesidad de más estudios con esta población en otros contextos y entornos para poder evaluar la eficacia de la Danza Movimiento Terapia.

Antes de pasar a la explicación de la segunda parte del proyecto, es pertinente recordar que esta investigación es un estudio piloto. “Un estudio piloto es una prueba llevada a cabo con el fin de comprobar la viabilidad metodológica de un estudio a mayor escala, que permite realizar los cambios oportunos antes de comenzar con dicho estudio” (Gallego-Jiménez, Pedraz-Marcos & Graell-Berna, 2018: 276). En este caso no existe un proyecto para un estudio a mayor escala, pero siendo consciente de la escasez de estudios que pongan a prueba la aplicabilidad de la DMT con esta población en el estado español y de la poca bibliografía que existe en castellano, podría ser de gran utilidad tanto para estudios futuros como para las dmt o arteterapeutas que realicen intervenciones con personas refugiadas o migradas.

En cuanto a la segunda parte de la investigación, en un principio la intención era crear una coreografía grupal junto con las mujeres participantes con la idea de construir las narrativas corporales a partir de la experiencia vivida en las sesiones, integrando tanto las narrativas individuales de cada mujer como las narrativas grupales. Pero la falta de continuidad y el descenso del número de mujeres que asistieron a las sesiones impidieron llevar a cabo este objetivo. Por el contrario, con la pretensión de no abandonar la parte del método que estaba dedicada a la investigación artística, decidí profundizar en mi contratransferencia utilizando una metodología artística. Hervey (2000), subraya la importancia de realizar trabajos de investigación

artística en DMT y de presentar los resultados a través de esta metodología. Es así que uno de los objetivos del presente trabajo es poner en valor los diseños artísticos en los estudios de las terapias creativas, en concreto en la Danza Movimiento Terapia.

OBJETIVOS GENERALES

El objetivo principal de la investigación, era construir narrativas a través del cuerpo que ayudasen a las mujeres que participasen en el proceso terapéutico a elaborar vivencias dolorosas. Además, se pretendía ofrecer un espacio en el que las mujeres pudieran contar su propia historia en primera persona, apropiándose así de su propia experiencia y fomentando que fuesen sujetas activas en el proceso de resiliencia y en el afrontamiento de los desafíos de sus vidas. Este objetivo estaba relacionado con el supuesto de que era común en las personas refugiadas que dependiesen de diferentes instituciones. Instituciones que además, a menudo están desbordadas y pueden responder de manera deficitaria a los problemas de las personas con las que trabajan. Es por ello que fomentar su autonomía y su agencia en el proceso de resiliencia era un objetivo importante, junto con impulsar procesos de empoderamiento a través del cuerpo. Para ello, sería de gran importancia, resaltar y potenciar los recursos de autocuración de la propia persona y de la propia cultura. Por otro lado, retomando la metáfora del cuerpo como hogar, se pretendía proporcionar un hogar temporal o un espacio psicológico seguro, ayudando a integrar ese hogar seguro en el propio cuerpo. Por último, mediante el análisis de la contratransferencia a través de métodos artísticos, este estudio pretendía, demostrar la importancia de la contratransferencia en el proceso terapéutico y en el trabajo de investigación y poner en evidencia la utilidad de los diseños cualitativos artísticos en la investigación en arte terapia.

En cambio, enseguida todos estos objetivos se presentaron como excesivos para una intervención tan corta. Es así que en la descripción del proceso se dará cuenta de cómo estos objetivos fueron cambiando y modificándose en base a lo que *se podía y se pudo hacer*.

Objetivos específicos a partir del esquema de recursos de Verreault (2017) - Copiado literalmente:

Siempre teniendo en cuenta que el presente estudio era un proyecto piloto y que el proceso terapéutico era demasiado corto como para alcanzar muchos objetivos, el esquema de recursos de Verreault fue un punto de partida a la hora de establecer los objetivos específicos. Exceptuando en los objetivos relacionados con los recursos culturales, en los que se eliminaron los relacionados con las habilidades lingüísticas (todas eran hispanohablantes) y la aculturación (el proceso era demasiado corto para abordarlo), los demás objetivos fueron copiados literalmente del esquema de Verreault (2017). Estos objetivos sirvieron de guía para la intervención y aunque no pretendían ser enteramente cumplidos la gran mayoría fueron abordados en cierta medida durante el transcurso de las sesiones.

*Ella está en el horizonte.
Yo me acerco dos pasos y ella se aleja dos pasos.
Camino diez pasos y el horizonte se corre diez
pasos más allá.
Por mucho que yo camine, nunca la alcanzaré.
¿Para qué sirve la utopía? Para eso sirve, para
caminar.
Galeano. (1993).*

Tabla de objetivos específicos (Verreault, 2017)

Recursos	Objetivos
Recursos fisiológicos	Comprender el cuerpo
	Ejercicio físico
	Manejo del estrés
Recursos psicológicos	Mejorar la autoestima
	Flexibilidad cognitiva
	Emoción positiva
Recursos sociales	Relación social
	Crear apoyo social
	Actividades significativas
Recursos religiosos / espirituales	Instalar esperanza
	Meditación
Recursos culturales	Identidad cultural
	Compartir culturas

PARTICIPANTES

Las mujeres que participaron en la investigación fueron ocho mujeres solicitantes de asilo, de entre 23 y 55 años, de diferentes países de Abya Yala. De las ocho mujeres, una de ellas solo hizo la entrevista inicial y nunca asistió a ninguna sesión justificando que tenía que cuidar de un familiar o que tenía que ocuparse de cuestiones burocráticas. Las siete mujeres restantes asistieron al menos una vez a alguna de las sesiones.

DESCRIPCIÓN DEL PROCESO

Desde un principio, el equipo de psicólogas de la institución, recibió la propuesta con mucha ilusión y mostró su interés por la Danza Movimiento Terapia y por incluir el cuerpo en el trabajo con personas

refugiadas. Así que enseguida se estableció una primera entrevista para determinar los primeros pasos a seguir.

Primera entrevista con el equipo: 19 de julio

En esta primera entrevista, realicé una presentación del proyecto y acordamos crear y difundir un cartel sobre el taller y una presentación para el resto del equipo, ya que necesitaban poder presentarlo en la reunión y que todo el equipo validase el proyecto. Además, también mostré el documento de consentimiento que deberían firmar las participantes del taller, para que fuesen haciéndose a la idea del compromiso que se les requeriría a las mujeres que iban a participar. Aun así, recordé que la participación de las mujeres era voluntaria y que podrían abandonar la investigación en cualquier momento. En los anexos de este trabajo escrito se podrán encontrar todos estos documentos. En los anexos de este trabajo escrito se podrán encontrar todos estos documentos adjuntos.

Intercambios por correo electrónico

Durante el verano, el equipo confirmó que habían aprobado el proyecto y que había varias mujeres interesadas. En este momento limité el número de mujeres que podían participar, el cual no debería superar las 8 participantes.

Segunda entrevista con el equipo: 13 de septiembre

En esta segunda entrevista se trataron varios puntos. A continuación, desarrollaré el punto relacionado con la constitución del grupo y los primeros contactos con las mujeres. Por el contrario, los puntos relacionados con las consideraciones éticas, quedarán reflejados en un apartado dedicado a la ética.

- **Constitución del grupo y primeros contactos con las mujeres**

En un principio, había una lista de 12 mujeres interesadas, lo cual desbordaba el límite establecido de 8 mujeres participantes. Para acordar una cita para las entrevistas iniciales, se contactó una a una con cada mujer de la lista. Después de muchas llamadas, el número de posibles participantes fue descendiendo, ya que algunas de ellas habían comenzado formaciones o estaban a la espera de ellas. Además, otras de ellas no podían acudir al horario de mañana, así que al final el grupo se redujo a 6 participantes, de las cuales algunas expresaron sus dudas de poder mantener su asistencia por motivos parecidos a los anteriores.

Entrevistas con las mujeres participantes

Las entrevistas fueron en un formato semi-estructurado. En un principio, realicé una breve explicación del taller y de la Danza Movimiento Terapia. Luego abrí un espacio para que las mujeres fuesen exponiendo sus dudas y contasen lo que quisieran. Hacia el final, les invité a firmar el documento de consentimiento y volví a insistir en temas como la confidencialidad y el carácter voluntario de su participación en la investigación y para terminar, les ofrecí el cuestionario dándoles la posibilidad de que no contestasen a las preguntas que no quisieran contestar.

CONSIDERACIONES ÉTICAS

Existen tres requisitos importantes a la hora de llevar a cabo una investigación cualitativa de manera ética: la aplicación del consentimiento informado, el manejo de la confidencialidad y la evaluación de riesgos (Noreña, Alcaraz-Moreno, Rojas, & Rebolledo-Malpica, 2012).

En esta investigación, **la aplicación del consentimiento informado** se hizo a través del documento de consentimiento (anexo 3). Este documento ofrecía por escrito la información que se les había proporcionado en la entrevista con los compromisos que adquirirían tanto la persona participante como la investigadora. Además, aparte de la firma de la persona investigada y la investigadora, el documento incluía la firma de una persona testigo que confirmase que la persona que participaría en la investigación había entendido toda la información que se le había ofrecido y daba su consentimiento para participar. Esta persona era alguien responsable de la institución, normalmente alguien del equipo de psicólogas o trabajadoras sociales.

El manejo de la confidencialidad, quedó recogido en el documento de consentimiento y los datos recogidos se mantuvieron y procesaron de manera confidencial y absolutamente anónima. A este respecto, todos los nombres que aparecen en esta investigación son ficticios. De igual manera, se ha ocultado el nombre de la institución con la que se llevó a cabo el estudio y no se han concretado las nacionalidades de las mujeres que participaron en él, con la intención de proteger al máximo sus identidades y de respetar los miedos que algunas de ellas expresaron en este sentido. Los cuestionarios de la entrevista inicial y el cuestionario de evaluación del taller también se hicieron de manera anónima. Este último en concreto, con el objetivo de que las mujeres se sintiesen libres de exponer las opiniones que deseasen y no tuvieran reparo en expresar opiniones negativas.

Evaluación de riesgos

“Dos aspectos se deben considerar para minimizar los riesgos a los participantes en la investigación. El primero se refiere a que el investigador deberá cumplir con cada una de las responsabilidades y

obligaciones adquiridas con los informantes; el segundo está relacionado con el manejo posterior de los datos proporcionados. Una investigación cualitativa se justifica cuando cumple con los siguientes requisitos: “los riesgos potenciales para los sujetos individuales se minimizan; los beneficios potenciales para los sujetos individuales y para la sociedad se maximizan; los beneficios potenciales son proporcionales o exceden a los riesgos” (24”).
(Noreña, Alcaraz-Moreno, Rojas & Rebolledo-Malpica, (2012).

En un principio, hubo una pretensión de hacer esta evaluación de riesgos a modo de cuestionario, haciendo una lista de los riesgos potenciales y aclarando cómo actuar al respecto. Pero no fue posible encontrar un modelo así que se resolvieron estas cuestiones en las diferentes entrevistas, visualizando los posibles escenarios de riesgo que se podrían dar. El punto más importante en cuanto a la evaluación de riesgos fue valorar la posibilidad de que hubiese asistencia psicológica complementaria.

- Asistencia psicológica durante las sesiones y durante el proceso

Lo ideal hubiera sido que existiese un servicio de asistencia psicológica durante el proyecto, para atender a las mujeres que pudieran entrar en crisis en el caso de que se tocara material traumático durante las sesiones o en caso de que hubiera personas muy vulnerables. Pero el equipo aclaró que en el hipotético caso de que hubiera una situación de crisis muy grande la competencia sería de los servicios de urgencias y emergencias sanitarias y la terapeuta debería llamar a estos servicios. Por otro lado, sí que ofrecieron su disponibilidad para aclarar dudas de alguna de las participantes y si alguna de las mujeres necesitaba asistencia psicológica se le podría incluir en la lista de espera para recibirla a través de la institución. Es más

algunas de las mujeres que estaban interesadas en participar en el taller, ya recibían esta asistencia. Por último, se decidió que lo mejor sería que no participasen mujeres que presentaran una gran fragilidad psicológica, ya que el proceso iba a ser muy corto y yo no tenía las competencias necesarias para atender emergencias psicológicas.

- **Documento de cesión de información personal**

En un principio se planteó la posibilidad de crear un documento en el que se les pediría a las participantes su consentimiento para que el equipo aportase información personal a la investigadora. Pero a este respecto se consideró que no hacía falta información complementaria ya que las mujeres contarían lo fundamental respecto a su situación administrativa en las entrevistas iniciales y lo que contasen respecto a sus vidas personales sería su elección y dependería del espacio seguro y de confianza que se creara tanto en las entrevistas como en las sesiones. Además, de esta manera, se podría poner a prueba uno de los objetivos de la investigación que era precisamente que contasen su historia en primera persona y a través de la Danza Movimiento Terapia.

SESIONES

Este proyecto piloto cuenta con siete sesiones de una hora y media. El periodo en el que se llevaron a cabo fue desde el 1 de octubre hasta el 12 de noviembre, los martes de 12h a 13h30. La sala era una sala de estudios de un centro cívico de Bilbao. Tendría alrededor de 40-50 metros cuadrados y no tenía ventanas. Aunque normalmente las sillas y las mesas estaban apiladas en una esquina, alguna vez fue necesario amontonarlas junto con el conserje. A pesar de que no era una sala habilitada para actividades en movimiento, el suelo era de un material similar al de un tatami y contaba con un buen sistema de

calefacción que permitía sentirse cómoda sin zapatos y no pasar frío. La reservación de la sala era de dos horas y media, es decir de 11.30 a 14h de manera que permitía tener el tiempo suficiente antes de la sesión para preparar la sala y después de cada sesión la terapeuta/investigadora tenía otra media hora para tomar notas, realizar la improvisación en movimiento y estirar. Esta rutina permitía procesar la sesión y llevar a cabo una rutina de autocuidados ya que a veces los contenidos de las sesiones eran dolorosos y requerían tiempo.

La **estructura** que se determinó para las sesiones fue siempre la misma y para ello se tomó como referencia el estudio de Verreault (2017).

Check in (verbal y no verbal): El check in, sirvió para dar comienzo a la sesión, compartir lo que quisieran y necesitasen, conectarse con las demás mujeres y revisar la sesión anterior (ibíd.).

Calentamiento: El calentamiento ofrecía un espacio para escuchar la información procedente del cuerpo y al mismo tiempo preparar y activar el cuerpo para las dinámicas de movimiento (ibíd.).

Dinámicas en movimiento: Para las exploraciones en movimiento se fueron proponiendo diferentes dinámicas ya que al ser el proyecto tan corto y no haber una asistencia continuada, podían surgir dificultades para abrir espacios de movimiento improvisado.

Procesamiento de la dinámica (de lo no verbal a lo verbal): Después de cada dinámica se abría un espacio de reflexión en torno a la misma.

Check out: Exceptuando la primera sesión, el cierre se hizo a través de la creación de dibujos y escritos individuales por parte de cada participante y ofreciendo un espacio para la verbalización en torno a la sesión y en torno a los dibujos y escritos³.

3 Los dibujos de cada día están adjuntados en los anexos.

Excepto en la primera sesión, en la que la sesión se limitó al check in y al check out, el resto de sesiones siguieron esta estructura, con el objetivo de crear estabilidad y seguridad.

A continuación se expondrá el proceso terapéutico a través de las diferentes sesiones. En los anexos se podrá encontrar una descripción detallada de cada sesión, con el análisis y observación del movimiento y la contratransferencia. De esta manera se ofrecerá la posibilidad de entrar en los detalles de la sesión o no, en función del interés de la persona lectora.

1ª SESIÓN: TÍTULO: ME PRESENTO & NOS PRESENTAMOS

Rol de la terapeuta en la sesión: Dar la bienvenida y encuadrar

Participantes: 4 mujeres (Jessica, Inés, Yola y Marisa)

Faltan: 2 mujeres (Amanda, tenía que ir al médico con un familiar y Tatiana, faltó por motivos laborales).

Objetivos:

- Familiarizarse con el espacio, la terapeuta y las compañeras.
- Delimitar el setting.
- Crear un espacio seguro para presentarse y compartir su historia.

Propuestas de la sesión

En esta sesión, encuadré el espacio terapéutico e hicimos diferentes presentaciones, la de la investigadora y la investigación y las presentaciones individuales de cada participante, las cuales fueron acompañadas por una propuesta en movimiento.

Contenidos de las intervenciones:

- Preocupación por los hijos y las hijas. El rol de madre que compartían todas estuvo muy presente desde un principio.

- Se sienten lejos de su familia y de su país de origen.
- Experiencias de discriminación, por motivos de raza e identidad sexual, tanto en el país de acogida como en el país de origen.
- Espiritualidad. Referencias y agradecimientos a Dios por parte de todas las participantes.
- Dificultades administrativas y burocráticas.

2ª SESIÓN: TÍTULO: RE-CONOCERSE

Rol de la terapeuta en la sesión: Sostener y sostenerse

Participantes: 5 mujeres (Inés, Yola, Tatiana, Daiana y Laura)

Faltan: (Amanda, por motivos burocráticos; Marisa, porque tiene un curso en el mismo horario y Jessica no podrá volver a venir porque ha empezado una formación)

Objetivos:

- Volver a delimitar el setting para las nuevas integrantes
- Familiarizarse con el espacio, la terapeuta y las compañeras
- Crear un espacio seguro para presentarse y compartir su historia
- Introducir el cuerpo y el movimiento, a través del calentamiento y la conciencia corporal
- Tomar consciencia de los límites del propio cuerpo y del espacio
- Conocer y reconocer a las compañeras a través del cuerpo y del movimiento

Propuestas de la sesión

En esta segunda sesión hubo dos incorporaciones nuevas y asistió una mujer que no había asistido a la anterior, así que en un principio volví a encuadrar el espacio y dejé un tiempo para las presentaciones de la investigación, de la investigadora y de las participantes. Como calentamiento hicimos una dinámica de conciencia corporal extraída

del libro *“El cuerpo recuerda: la psicofisiología del trauma y el tratamiento del trauma”* de Rothschild (2015). Luego llevamos a cabo un calentamiento que hizo de puente al resto de dinámicas en movimiento. La primera dinámica consistió en caminar en el espacio para reconocer la sala, para después trabajar la kinesfera a través de una esfera imaginaria que creaban con sus brazos y piernas. La última dinámica en cambio, consistió en ir generando contacto con las demás personas del grupo, primero visual y después físico, a través de saludos en movimiento. Para terminar, realizamos el check-out a través de dibujos y escritos que después explicaron al grupo.

Contenidos de las intervenciones

Check in:

- Preocupaciones por los hijos e hijas, compartieron experiencias, consejos y una de ellas contó que había puesto en práctica uno de los consejos que el grupo le dio la semana anterior, obteniendo además buenos resultados.
- Los recursos religiosos y espirituales vuelven a estar presentes.
- La importancia de ser positiva y reconocer el potencial personal.
- Experiencias de explotación laboral y malos tratos en el trabajo.
- Vivencias de mucha angustia.
- Expresión del llanto.

Dinámica conciencia corporal:

- Sentimientos de rigidez corporal y cansancio físico.
- Inquietud.
- Necesidad de dejar el peso en el suelo.
- Concentración y meditación.

Dinámica en movimiento:

- Parecen perdidas, utilizan mucho el espacio indirecto y se miran entre ella con sonrisas de desconcierto y un poco de vergüenza.
- Vuelve a aparecer el llanto en una de las mujeres.
- Comparten abrazos y palabras de consuelo y amor.
- Se reconocen desde el contacto físico y visual.

Check out

- Agradecimientos a Dios, al grupo y al espacio terapéutico.
- Reconocerse a través de mirarse y sentirse.
- Movimiento consciente.
- Valorar lo bueno.
- Construir un hogar a través de las redes afectivas.
- Perdonar y amar.
- Tomar conciencia de las fortalezas.

3ª SESIÓN: TÍTULO: RESISTENCIA Y FORTALEZA

Rol de la terapeuta en la sesión: Escucha activa y valorar la espiritualidad

Participantes: 4 mujeres (Inés, Tatiana, Daiana y Marisa que llega a mitad de sesión porque estaba en el otro curso)

Faltan: (Amanda, comunica que tiene dudas sobre la posibilidad de asistir; Laura falta sin avisar y Yola comunica que tiene complicaciones familiares)

Objetivos:

- Seguir trabajando la conciencia corporal
- Ofrecer un espacio prioritario al contenido somático
- Conectar con su fuerza a través de dinámicas de resistencia
- Introducir el círculo Chace

Propuesta de la sesión

En esta tercera sesión el check-in duró una hora debido a la necesidad de hablar de las participantes. Luego hicimos un calentamiento breve a través de movimientos de autocontacto y un repaso por todas las articulaciones a través de movimientos giratorios y de abrir y cerrar, en función de las posibilidades de cada articulación. Después, propuse una dinámica de resistencia donde en parejas, se empujaban con diferentes partes del cuerpo (manos con manos, manos con hombros y espalda con espalda).

Para terminar, con el objetivo de trabajar el liderazgo, la creatividad, y la expresión corporal hicimos una breve introducción al Circulo Chace; a través de la creación de propuestas en movimiento, la escucha y coordinación a través del ejercicio de espejar y la ampliación de los perfiles de movimiento. El check-out se vehiculizó a través de sus escritos y dibujos, algo que se convirtió en un ritual de cierre.

Contenidos de las intervenciones

Check-in

- Problemas familiares en sus países de origen y frustración por las complicaciones que añade la distancia a la hora de solucionarlos
- Deseos de acercar a personas de su familia al país de acogida y dificultades para ello
- Desacuerdo con alguna de mis intervenciones
- La agresividad y la necesidad de poner límites a las personas que les dañan
- Agradecimientos y referencias religiosas y espirituales
- Valorar lo positivo y ocuparse en vez de preocuparse
- Proyectos personales y laborales
- Sentimientos de alegría y bienestar

Calentamiento

- Dolores y tensiones musculares
- Mejora y bienestar a través del calentamiento y estiramientos

Dinámica en movimiento

- Conectar con la propia fuerza y resistencia
- Risas y diversión
- Trabajar el equilibrio
- Contacto físico y visual con las compañeras

Check out

- Confianza y reafirmación de los recursos espirituales y religiosos
- Esperanza en la mejora de las circunstancias vitales
- Conectar con los recursos personales y sentimientos de alegría
- Sentimientos de libertad, amor y paz
- Lamentan la falta de las compañeras y valoran la sesión

4ª SESIÓN: TÍTULO: DOLORES

Rol de la terapeuta en la sesión: Acompañar y empujar

Participantes: 2 mujeres (Tatiana y Marisa que llega a mitad de sesión)

Faltan: (Amanda, ; Daiana, me informa de que no podrá seguir asistiendo por motivos laborales y formativos, Laura comunica que no puede venir pero que asistirá la semana siguiente, Yola continua con complicaciones familiares e Inés tiene cita médica)

Objetivos:

- Seguir trabajando la conciencia corporal
- Profundizar en la escucha del cuerpo y describir sensaciones corporales

- Seguir ofreciendo un espacio prioritario al contenido somático
- Introducir el mirroring o la dinámica del espejo para sintonizar y entonarse afectivamente

Propuesta de la sesión

En esta sesión realizamos un breve check-in y calentamiento a través de las propuestas de la participante y después ampliamos esas mismas propuestas de movimiento. Luego les invité a hacer una dinámica de expresión corporal en la que realizaron frases en movimiento en base al estado emocional de las participantes y repetimos el calentamiento.

Las dinámicas fueron tres. La primera consistió en caminar por el espacio con los ojos cerrados e ir nombrando en alto las sensaciones corporales que iban sintiendo. Luego hicimos la dinámica del espejo y terminamos con el círculo Chace. Por último, como era habitual, cada una de las participantes hizo un dibujo sobre la sesión y lo explicó al resto.

Contenidos de las intervenciones:

Check in y calentamiento

- Exceso de trabajo y cansancio físico
- Dolores por todo el cuerpo y rigidez
- Preocupaciones que se traducen en agotamiento físico y tensiones

Dinámica: Conciencia corporal

- Dificultad a la hora de verbalizar y hacer conscientes sus sensaciones corporales
- Tensiones musculares

Dinámica: Espejo y círculo Chace

- Diversión, relajación y liberación

- Escucha y atención focalizada en la compañera
- Bloqueos a la hora de proponer movimientos y tomar el liderazgo

Check out

- Sentimientos de libertad
- Liberación de tensiones

5ª SESIÓN: TÍTULO: AUSENCIAS

Rol de la terapeuta en la sesión: Contener el espacio y esperar

Participantes: 0 mujeres

Faltan: (Todas. Algunas justifican su ausencia y otras no)

Objetivos:

- Sostener el vacío
- Afrontar la espera
- Mantener el encuadre
- Profundizar en la contratransferencia

Propuesta de la sesión

A la quinta sesión no vino ninguna de las mujeres, así que dediqué la sesión a realizar estiramientos, movilizar y expresar corporalmente la contratransferencia y por último hacer un dibujo con la misma.

6ª SESIÓN: TÍTULO: EL PROCESO: “De la oscuridad a la luz”

Rol de la terapeuta en la sesión: Seguir e hilar

Participantes: 1 mujer (Inés)

Faltan: (Tatiana, por cita médica, Yola, intenta venir pero no llega por problemas familiares Laura sigue sin dar noticias y Marisa, acude al curso que tiene en el mismo horario)

Objetivos:

- Dar prioridad a sus necesidades
- Promover el autocontacto y el autocuidado
- Verbalizar las ausencias
- Reflexionar sobre el proceso terapéutico (verbal y no verbal)
- Empezar a preparar el cierre del proceso

Propuesta de la sesión

Al inicio de la sesión le propuse hacer una frase en movimiento para expresar su estado emocional y después pasamos al calentamiento que fue guiado con sus propuestas y la escucha de su cuerpo.

La dinámica en movimiento consistió en la creación de secuencias de movimiento que representasen el proceso terapéutico, las cuales fueron movilizadas a través de una caminata de un lado a otro del espacio, dibujando así un comienzo y un final. Después, abrimos un espacio para sus propuestas. Es así que decidió dedicar una oración a sus compañeras. Por último, realizamos el check-out a través de un dibujo y una pequeña conversación de cierre.

Contenidos de las intervenciones:**Check in y calentamiento**

- Hablamos de la ausencia de sus compañeras y dice que no le sorprende pero no explica por qué
- Sentimientos de culpa porque faltó la semana anterior
- Tensiones en los hombros y el pecho
- Sentimientos de gratitud
- Siente una mejoría en la canalización de su agresividad.
- Técnicas de respiración.
-

Dinámica: Caminar el proceso

- Al principio se sentía como una roca (inseguridades, miedo, bloqueo...) pero poco a poco fue dando paso al desbloqueo.
- Consiguió destruir la roca e ir saliendo de la oscuridad a la luz.
- Sentimientos de amor hacía sí misma

Oración para el grupo

- Visualiza las caras de sus compañeras y les regala sonrisas. Espera que puedan ver lo positivo, a pesar de lo malo.
- Resalta la capacidad que tenía el grupo para terminar las sesiones sonriendo y riéndose, aun habiendo empezado con lágrimas y relatos tristes.

Oración para ella

- Le gustaría estar menos acelerada
- Pero también siente que se ha superado a sí misma y está orgullosa

Check out

- Respirar aire fresco de las montañas
- Sentimientos de libertad
- Se siente agradecida por las oportunidades que le ofrece la vida

7ª SESIÓN: TÍTULO: RECONECTAR CON LOS RECURSOS PERSONALES, CIERRE Y DESPEDIDA

Rol de la terapeuta en la sesión: Cerrar y traer a las ausentes. Reconocerlas

Participantes: 2 mujeres (Inés y Marisa)

Faltan: (Tatiana, por problemas de salud, Yola, no puede venir porque tiene que hacerse cargo de un familiar y Laura falta sin dar noticias)

Objetivos:

- Verbalizar las ausencias

- Reflexionar sobre el proceso terapéutico (verbal y no verbal)
- Reafirmarse y con las potencialidades y fortalezas personales
- Elaborar el cierre y despedirse
- Dar las gracias a todas las participantes
- Informales sobre la evaluación del taller

Propuesta de la sesión

Al inicio de la última sesión hicimos un breve check-in y un calentamiento con propuestas intercaladas de la terapeuta y la participante. Después le propuse que colocásemos tantas sillas como mujeres habían participado a lo largo del proceso y le ofrecí un ovillo para que fuese pasándoselo a cada silla y dedicando una despedida a cada compañera. A mitad de la sesión llegó una segunda participante que se añadió a la dinámica e hizo lo mismo. Luego espontáneamente hablamos sobre el proceso y sobre las ideas preconcebidas que tenían sobre la Danza Movimiento Terapia y para terminar, cerramos la última sesión con el Círculo Chace antes de pasar a la realización del último dibujo.

Contenidos de las intervenciones:

Check in y calentamiento

- Silencio
- Escucha del cuerpo y calentamiento en función de sus necesidades

Dinámica: Despedida de las compañeras

- Palabras de amor y esperanza para sus compañeras
- Resaltan las virtudes de cada compañera

Dinámica: Movimiento resumen del proceso

- Agradecimientos al espacio terapéutico, a la terapeuta y al grupo
- La DMT y el grupo como lugar seguro

Check out

- Reafirmación de los recursos religiosos y espirituales
- Reconocerse y conectar con ellas mismas
- Un camino hacia la liberación
- Sentimientos de alegría
- Reconocer y conectar con su fuerza
- Sentimientos de paz, amor y tranquilidad
- La importancia de conectarse con la naturaleza y el entorno para el bienestar personal

REFLEXIVIDAD Y CONTRATRANSFERENCIA

Antes de pasar a la exposición de los resultados, me gustaría profundizar en la contratransferencia con la intención de mostrar el ejercicio de reflexividad que ha acompañado a toda la investigación. Además es a través de esta reflexividad que pretendo conseguir una objetividad fuerte (Harding, 1996) y dar validez al estudio, ya que hoy en día existe un consenso de que la reflexividad es uno de los criterios básicos a la hora de evaluar la calidad de los estudios cualitativos (De la Cuesta-Benjumea, 2011).

El término de la reflexividad, proviene de la bibliografía anglosajona e “implica una toma de conciencia inmediata, continua, dinámica y subjetiva” (De la Cuesta-Benjumea, 2011: 2). Expresa la conciencia de la persona que investiga y pone de manifiesto el diálogo interno que acompaña a todas las fases de la investigación (ibíd.). En psicoterapia, esta reflexividad se aborda a través del análisis de la

Contratransferencia y en DMT, se añade el análisis de la contratransferencia somática, términos que ya definí en el marco teórico.

En términos generales, los entretelones de una investigación quedan al margen de las comunicaciones sobre dicho trabajo.

(...)Esta invisibilización incluye también todo aquello que tiene que ver con la contratransferencia del investigador. Esto puede deberse a que esta contratransferencia se desestimó activamente, o bien a que se considera poco serio prestarle atención, o incluso el cuidado de la discreción puede impedir su divulgación.

Legrand (1999 : 3)

Como llevar a cabo un ejercicio reflexivo y abordar la contratransferencia implicándome subjetivamente en la investigación pero sin exponerme demasiado también ha sido uno de los retos de esta investigación. Hace tiempo comprendí que una imprudente exposición de las propias entrañas, podía dar lugar a que *el otro* hiciera con *tus* entrañas lo que quisiera. Además, si las tendencias de *el otro* son un tanto sádicas, el riesgo es aún mayor. Supongo que las participantes, debieron hacer un cálculo parecido a la hora de decidir qué contar y qué no contar. Ya que el riesgo no es solo que *el otro* pueda utilizar este material personal para generar dolor, el riesgo también es que no pueda contener este material y por lo tanto adquiera un significante de incontenible. Koch & Weidinger-von der Recke (2009), citan a Abdallah-Steinkopff (1999), para referirse a la necesidad de que el proceso terapéutico comience con la fase de estabilización psíquica y somática de los y las pacientes, sobre todo cuando se trabaja con personas que tienen que hacer frente a experiencias traumáticas. El objetivo inicial de la investigación era construir narrativas corporales de las historias de migración y exilio de las participantes, pero estas narrativas no se pueden crear sin esta primera fase de estabilización y las limitaciones de tiempo del propio

proyecto piloto no eran favorables a que esta fase se pudiera desarrollar en función del ritmo del grupo.

Este *incumplimiento* del objetivo entorno a las narrativas corporales que no solo fue promovido por la brevedad del estudio sino también por las dificultades de las participantes a la hora de expresarse a través del cuerpo y el movimiento que se entremezclaban con las mías, me llevó a sentir el impulso de cambiar el título de la investigación, el cual en un inicio era “Narrativas corporales de migración y exilio” y pasó a ser “LA DMT CON MUJERES SOLICITANTES DE ASILO: Una exploración psicosocial”. Pues este título describía la investigación y mostraba los diferentes elementos del trabajo realizado. Por el contrario, aunque por todo lo mencionado hasta el momento no pude encontrar las narrativas corporales de las participantes, cuando profundicé en mi contratransferencia a través de las improvisaciones en movimiento después de cada sesión y a través de la supervisión, me encontré con mi propia narrativa corporal de migración.

La migración de mis aitites (abuelos) y amamas (abuelas), que vinieron de entornos rurales de Castilla y León a la ciudad de Bilbao, no fue la única en mi familia. A través del estudio, me di cuenta de que incluso mi aita (padre) y mi ama (aita), también hicieron una pequeña trayectoria migratoria cuando decidieron pasar de vivir en el gran Bilbao a construir su hogar entre los montes de Bizkaia. Unos montes en los que se vivía de la agricultura y se hablaba siempre en euskera. Esta pequeña migración junto con una serie de circunstancias vitales y laborales, dieron como resultado que cada mañana recorríamos en coche la mitad de la provincia, realizando un movimiento giratorio, que comenzaba en un punto, recorría varios lugares y volvía al punto de partida. Más tarde, yo también reproduje estos movimientos a mi manera, yéndome a estudiar a Donosti, para trasladarme después a Roma durante mi cuarto año de carrera y mi

periodo de prácticas, volver a Donosti para volver a Bilbao y volverme a ir a París un par de años después para finalmente instalarme en Bilbao que es donde vivo en la actualidad. Sé que mis propias experiencias migratorias y las de mi familia son las que me han llevado a hacer este trabajo y que es desde las mismas desde dónde he intentado comprender a las participantes de la investigación, salvando las distancias, ya que todos mis viajes se han llevado a cabo con un pasaporte europeo y ni yo, ni mi familia hemos tenido que hacer frente a situaciones de “ilegalidad”.

Pero a través de mis propias *idas y venidas*, he podido comprender las *idas y venidas* de las participantes en el grupo, que no eran más que una puesta en evidencia de sus propias vidas. De la misma manera que las ausencias y la aceptación de las mismas daban cuenta de toda la gente que faltaba en sus vidas en el país de acogida y de que ellas mismas faltaban en las vidas de sus seres queridos en sus países de origen. Para entender esta aparente aceptación de quien falta, también he recurrido a la resignación enmascarada de aceptación que han podido experimentar mis familiares, amigos y amigas cuando la que faltaba era yo y al dolor que me provocaba sentir que ya no era imprescindible en sus vidas porque se habían acostumbrado a vivir sin mí.

Por último, una de las metáforas más fuertes que acompañó a mi contratransferencia somática era la de que tanto yo como el grupo estábamos relacionándonos con una bola gigante y pesada. Esa bola a veces tomaba forma del vientre de una mujer embarazada, haciendo referencia al rol de madre que estaba tan presente en el grupo y otras veces simbolizaba las cargas que llevaban las diferentes participantes del grupo que se reflejaban en sus espaldas, sus cuerpos cansados y sus preocupaciones. Todo esto se me antojaba como una gran responsabilidad a la que sentía que no era capaz de hacerle frente. Mis inseguridades se transformaban en la

vivencia de que mi cuerpo era demasiado pequeño para sostener la bola gigante y la sensación de que *no era capaz* me acompañó durante todo el proceso a pesar de los agradecimientos y de las valoraciones positivas de las mujeres. Solo a través de la elaboración de este trabajo escrito he podido hacer frente a esa sensación, ya que me ha permitido tomar distancia y observar y analizar el proceso al completo, aceptando y separando mis limitaciones de las de las mujeres con las que trabajé y de las del propio estudio. Por otro lado, también ha sido de gran ayuda para tomar conciencia de los logros, de lo que sí se pudo hacer y de lo que sí éramos capaz, tanto ellas como yo.

RECOLECCIÓN DE DATOS

Los datos que se presentarán a continuación en el apartado de resultados, se recogieron a través de diferentes metodologías.

En primer lugar, las **entrevistas individuales** iniciales y el **cuestionario inicial (anexo)**, me permitieron conocer a las mujeres una a una. Ese espacio individual dio lugar a que me dieran información sobre su situación administrativa, sobre su situación familiar y sobre la posibilidad de volver a sus países o no; entre otras cosas que compartieron dependiendo de cada mujer.

En segundo lugar, después de cada sesión tomaba **notas** sobre las cuestiones más relevantes y **la improvisación en movimiento** que llevaba a cabo después de cada sesión, también me ofrecía la posibilidad sobre lo que se había imprimido en mi propio cuerpo. En estas improvisaciones el material era variado, ya que los contenidos podían ser contratransferenciales, transferenciales o incluso en repetidas ocasiones encarnaba los cuerpos de las mujeres, sus movimientos y posturas, de modo que tomaba notas con mi propio

cuerpo. Este material también se puso en orden a través de la **supervisión** y gracias a la ayuda de mi supervisora.

En tercer lugar, exceptuando en la primera sesión, en el resto de sesiones las mujeres hacían **dibujos o escritos (anexos)** relacionados con la experiencia de la sesión. Estos dibujos y escritos fueron muy útiles a la hora de redactar las sesiones, clasificar los resultados en función de los recursos (psicológicos, fisiológicos, culturales, religiosos/espirituales y sociales) y valorar los objetivos. Por último, a cada mujer que había participado en el taller al menos una vez, se le dio la posibilidad de rellenar una **evaluación (anexo)** en torno al mismo. De las siete mujeres que participaron, cuatro rellenaron y entregaron la evaluación, dos no pudieron entregarla y una dijo que prefería no contestar.

ANÁLISIS DE DATOS

Para el análisis de datos, hice tres categorías generales. La primera, tenía que ver con los contenidos relacionados con los objetivos, la segunda, con los beneficios de la DMT y la tercera, con los requisitos que necesitaba un proceso terapéutico de DMT con esta población. Por otro lado, interpreté la información obtenida a través de la observación y análisis del movimiento. Esta información está desarrollada en la descripción detallada del proceso (anexos) y apoyó la información que obtenía a través de las intervenciones verbales de las mujeres, de los dibujos y escritos y de las evaluaciones posteriores, aportándome un mayor entendimiento de las vidas de las participantes y dando luz a los contenidos que se me antojaban confusos.

RESULTADOS

Los resultados se dividirán en dos apartados: Beneficios de la Danza Movimiento Terapia con esta población, requisitos de la terapia con esta población.

BENEFICIOS DE LA DMT CON PERSONAS REFUGIADAS

En este apartado expondré los beneficios que aportó la Danza Movimiento Terapia a las participantes del estudio. Estos beneficios están divididos en cinco bloques que se clasifican en función de los recursos que fomentan. Los cinco tipos de recursos son los expuestos anteriormente en el apartado de objetivos específicos, es decir, los recursos psicológicos, los recursos fisiológicos, los recursos culturales, los recursos sociales y los recursos religiosos/espirituales, tal y como los recoge Verreault (2017) en su estudio. No entraré a analizar uno por cada uno de ellos, pero creo que este apartado muestra cómo todos los objetivos específicos se han abordado en cierta manera y la lectura de esta sección reparando en la tabla de objetivos específicos, da cuenta de ello. En cuanto a los objetivos generales, dedicaré un espacio para ellos en el apartado de discusión.

Recursos psicológicos

A través de la expresión corporal y de las dinámicas en movimiento, las mujeres pudieron expresar y comunicar emociones utilizando otros canales diferentes al de la comunicación verbal. Además, no solo tuvieron acceso a emociones como la tristeza, el miedo y la angustia, sino que también experimentaron momentos de disfrute, de liberación, de risas y de diversión, llevándolas a conclusiones como que era muy importante *valorar lo bueno que tenían* y se instalaron sentimientos como la *esperanza*. Por otro lado, el espacio terapéutico fue vivido como un espacio seguro (Koch, & Dieterich-Hartwell, 2018; Verreault, 2017), ya que en las primeras sesiones varias de las

mujeres expresaron que tenían dificultades para confiar en otras personas y en las evaluaciones reflejaron que su confianza hacia sí mismas y hacia otras personas había aumentado, aportándoles así sentimientos de seguridad. Por último, las sesiones de DMT también fomentaron tomar conciencia de sus propios recursos personales y de sus fortalezas, al mismo tiempo que ayudaron a la regulación emocional. A este respecto, una de las participantes expresó en varias ocasiones que estaba consiguiendo canalizar sus enfados, *manteniendo la calma y controlando sus impulsos*.

Recursos sociales

Participar en una terapia grupal les permitió no solo conectarse consigo mismas sino con otras mujeres. Se brindaron apoyo mutuo y consejos, incluso en ocasiones las compañeras respondieron a cuestiones prácticas de las que yo no tenía conocimiento como la existencia de varios servicios de apoyo para sus hijos e hijas. Además, esta red afectiva también les dio fuerzas y sentimientos de que *no estaban solas*. Por todo esto el grupo funcionó como un contenedor, no solo en el sentido de que sostenía una multitud de afectos y proyecciones (Robbins, 1998), sino que creaba el sostenimiento necesario para que las participantes se sintiesen seguras y acompañadas. A este respecto, se podría decir que las participantes del estudio no solo fueron co-constructoras de conocimiento, sino que en varias ocasiones fueron co-terapeutas, poniendo de manifiesto uno de los objetivos de la investigación que era el de salir del rol de autoridad que me otorgaba mi papel de investigadora/terapeuta y ceder ese espacio de poder a las propias participantes de la investigación. Por otro lado, varias mujeres refirieron que escuchar las historias y opiniones de las mujeres les ayudó a conocer otras experiencias y a respetar opiniones diferentes a las propias. En palabras de una de las participantes, el trabajo grupal *fue una experiencia hermosa*.

Recursos fisiológicos

En cuanto a los recursos fisiológicos, a través del calentamiento y de dinámicas de conciencia corporal, las mujeres tuvieron un espacio para escuchar sus cuerpos y tomar conciencia de sus sensaciones físicas. En este sentido, a menudo conectaron con sentimientos de rigidez, bloqueos a la hora de moverse libremente, dolores, tensiones musculares y agotamiento físico. Pero también pudieron conectar con su fuerza física y con su respiración, ejercicios que después les sirvieron para la regulación emocional. Además, a menudo expresaron que las diferentes dinámicas les ayudaban para soltar esas tensiones y que *salían de la sesión mejor de lo que entraban*.

Recursos culturales

En cuanto a los recursos culturales, una de las mujeres expresó que había agradecido que el grupo fuese *multicultural* y que pudieran compartir culturas. A este respecto, la brevedad del proyecto y el hecho de que algunas mujeres no pudieron volver a asistir, hizo que no se pudieran desarrollar los recursos culturales tanto como el grupo desearía. En concreto, una de las mujeres que no pudo volver a asistir por motivos formativos, prometió al grupo darles una clase de salsa. El grupo recibió el gesto con alegría y además, fue significativo que esta mujer en concreto se había mantenido tímida y callada la gran parte de la sesión, de modo que esta clase de salsa podría haberle permitido tomar el liderazgo y conectar con las demás a través de su bagaje cultural. Por otro lado, dos de las mujeres pidieron que pusiera música de sus países de origen, así que me descargué varias canciones que tampoco pudimos utilizar debido a las ausencias y a que no encontré el momento propicio para ello.

Recursos religiosos/ espirituales

Los recursos religiosos y espirituales estuvieron presentes a lo largo de todo el proceso, a través de referencias religiosas y agradecimientos a Dios. A través de estos recursos las mujeres desarrollaban esperanza y estrategias de aceptación de sus

circunstancias de vida. Sentimientos de paz y amor y la importancia del perdón también se expresaban a través de estos recursos. Además, en varias ocasiones, llevaron a cabo oraciones en las que mostraban su agradecimiento por el espacio terapéutico, por el grupo y por *lo bueno que había en sus vidas*. A través de estas oraciones también pedían fuerzas para continuar, para ellas y para todas sus compañeras y familiares.

REQUISITOS DE LA DANZA MOVIMIENTO TERAPIA CON PERSONAS SOLICITANTES DE ASILO O REFUGIADAS

En la literatura, podemos encontrar que los retrasos y las ausencias son aspectos recurrentes en el trabajo con esta población. Callaghan (1998), explica que la incertidumbre de sus vidas se refleja en el grupo con las idas y venidas de sus participantes, formando nuevas configuraciones grupales cada semana (ibíd.). A esta experiencia vital que es común a muchas personas refugiadas, Callaghan le llama “estar en el limbo” y subraya la importancia de que la terapeuta tolere “estar en el limbo” también y sea capaz de contener la incertidumbre (ibíd.). A través de este estudio me di cuenta de la importancia de ser flexible y no responsabilizar a las mujeres de estas *idas y venidas*, ofreciendo siempre la posibilidad de que se incorporasen al grupo en cualquier momento de la sesión o de que viniesen aunque no hubieran venido a nunca o aunque hubieran faltado mucho. A este respecto en las evaluaciones una de las mujeres sentía no haber podido participar tanto como le hubiese gustado y subrayada que esto no era debido a la terapeuta o a la terapia sino a sus circunstancias vitales. En la sexta sesión, otra de las participantes se disculpaba por no haber venido a la sesión anterior y en general, los mensajes que me enviaban eran mensajes que decían que sentían no poder asistir pero que les habían surgido temas burocráticos, entrevista de trabajo, formaciones, imprevistos familiares o problemas de salud.

Relacionado con el punto anterior, el mensaje recordatorio también se convirtió en un requisito fundamental en el proceso terapéutico. En un principio tenía dudas sobre la pertinencia de este mensaje pero después me di cuenta de que aparte de recordarles el taller, permitía entablar un canal de comunicación con quien no podía asistir. Por un lado me permitía conocer los motivos de su ausencia y recordarles que seguían teniendo un sitio en el taller y por otro lado, podía trasladarles el mensaje de que no se preocupasen si no habían podido venir, ya que hasta el final del proceso podrían venir cuando quisieran y pudieran.

En su estudio, Callaghan (1998) también habla de cómo en la psicoterapia con personas refugiadas, las cuestiones prácticas y psicodinámicas se mezclan continuamente (ibíd.). En referencia a este punto, sobre todo en las primeras sesiones, las mujeres compartieron consejos y conocimientos respecto a cuestiones prácticas de las que además, yo no tenía conocimiento. Es así, que otro de los requisitos en el trabajo con esta población, podría ser habilitar un espacio al final de la sesión para resolver dudas e inquietudes respecto a cuestiones prácticas (ibíd.). Por otro lado, teniendo en cuenta que el número de participantes podría variar, incluso descender a lo largo del proceso, habría que resaltar la importancia del carácter semi-abierto del grupo, ofreciendo la posibilidad de que haya nuevas incorporaciones. En este sentido, también sería necesario habilitar un espacio para las entrevistas previas a las nuevas incorporaciones y tomar en consideración los efectos que pueden tener las *idas y venidas* en el grupo.

Por último, Callaghan (1998) menciona que una de las dificultades habituales que aparecen en el trabajo con personas refugiadas, es el uso de la expresión verbal para defenderse de la emoción (ibíd.) y por lo tanto una dificultad a la hora de expresarse a través del cuerpo y el

movimiento. Este estudio da cuenta de esta dificultad y de la posibilidad de hacerle frente a través de sesiones estructuradas. Además, Verreault (2017) subraya la importancia de hacer pausas entre cada actividad para poder mentalizar la experiencia en movimiento.

Antes de poner fin a este apartado, he considerado importante añadir un esquema obtenido de una guía realizada por el Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid que va dirigida a la intervención psicológica con personas migrantes y refugiadas (de Madrid, C. O. D. P. 2016 :). Sin olvidar que no existen *recetas mágicas* y que las personas migrantes y refugiadas son múltiples y diversas, creo que este esquema da cuenta de algunos aspectos a tener en cuenta con esta población y sobre todo alerta de los comportamientos y actitudes que no se deberían de tener.

QUÉ HACER	QUÉ NO HACER
Apertura a creencias y valores diferentes. Son personas con una cultura y estilo de vida muy diferentes a la nuestra.	Intentar comprender, valorar o intervenir con el paciente desde nuestro contexto cultural o social.
Adaptar los contenidos y el lenguaje, teniendo en cuenta las características culturales.	Utilizar expresiones provenientes de nuestra cultura para explicar términos psicológicos.
Explicar en qué consiste la figura del psicólogo y las funciones que desempeñamos.	Dar por hecho el encuadre de trabajo, asumiendo que es entendido de manera compartida.
Proporcionar alivio y apoyo, fomentando la autosuficiencia y reforzar las habilidades y recursos propios.	Adoptar una actitud excesivamente paternalista y obviar las posibilidades y recursos personales de las personas refugiadas.
Dar importancia al vínculo que generamos con ellos, basándolo en la confianza y la cercanía.	Tener una actitud distante y fría a nivel emocional, que no fomente un vínculo cercano con el psicólogo.
Tener en cuenta la idiosincrasia de la persona.	Centrarnos en lo sintomático sin contextualizar su situación actual o lo que han vivido previamente.
Especial hincapié en mostrar una actitud no valorativa.	Juzgar sus sentimientos o pensamientos según nuestros valores o creencias.

DISCUSIÓN

Usar un objeto de arte como dato de investigación, no hace que la investigación sea artística, la interpretación o análisis del objeto de arte tampoco se constituye como investigación artística. (...) La obra de arte es el medio por el cual se puede expresar y entender de mejor manera las emociones, los aspectos del tema que se está investigando, sin embargo, el proceso que ocurre para llegar al resultado final es lo que importa dentro de la Investigación Artística. (Hervey, 2000: 44,48)

A lo largo del trabajo escrito, he expuesto en varias ocasiones la intención de que este estudio estuviera dividido en dos partes: una parte dedicada al diseño fenomenológico exploratorio, a través de la intervención de DMT con un grupo de 8 mujeres solicitantes de asilo y una segunda parte que utilizaría una metodología de investigación artística en la construcción de una coreografía grupal final junto con las participantes. Hacia la mitad del proceso terapéutico me di cuenta de que la brevedad del estudio no permitiría la creación de la coreografía y además, las dificultades que tenían las participantes para asistir de manera constante a las sesiones también dificultaban este objetivo. Así que enseguida deseché esta idea y decidí que utilizaría el diseño metodológico de la investigación artística para el análisis de mi contratransferencia. Por un lado, recogí parte de los datos de los contenidos transferenciales y contratransferenciales a través de las improvisaciones en movimiento que realizaba después de cada sesión, reflexionando sobre los cuerpos y los perfiles de movimiento de las participantes y sobre las cuestiones psicodinámicas del grupo a través de mi propio cuerpo. Después, mi siguiente objetivo era presentar los datos a través de una coreografía que diese cuenta del proceso terapéutico, pero enseguida me di cuenta de que la intención era demasiado ambiciosa y la descarté. Teniendo en cuenta de la descripción de Hervey (2000) de la

Investigación Artística, no me atrevería a decir que esta parte del estudio se pueda definir como tal, pero sí me he dado cuenta de que tanto en el trabajo psicoanalítico como en arte terapia, tanto en los trabajos de investigación, como en la práctica clínica existen muchos puntos en común con la Investigación Artística. Creo que profundizar en estos puntos en común podría abrir un marco de discusión alternativo y derivar en otro posible trabajo de fin de máster, de modo que no abordaré esta cuestión y dejaré que la lectora o lector en cuestión saquen sus propias conclusiones. Pero sí quería dejar constancia de que aunque pueda parecer que el objetivo de poner en evidencia la utilidad de un diseño de metodología artística no se ha conseguido, esta metodología ha impregnado prácticamente todas las fases de esta investigación. Es más, Hervey (2000) menciona varias características del proceso creativo de investigación que son la flexibilidad, la espontaneidad, la expresión propia, lúdico, ser accesible emocionalmente, fe en el proceso creativo, tolerancia a la ambigüedad, habilidad de trabajar sin controlar las variables y la habilidad de discernir patrones de datos no organizados (Hervey, 2000, citado por Rojas 2012), todas ellas características que se pueden aplicar a las metodologías cualitativas utilizadas en las *Ciencias Clínicas del Sujeto*.

En cuanto a los objetivos generales, como ya he mencionado en el apartado de la reflexividad, esta investigación requirió un cambio de título debido al incumplimiento del objetivo en torno a las *Narrativas Corporales de migración y exilio* de las participantes. A este respecto, cabe recordar la necesidad de que el grupo atravesase una fase de estabilización para poder profundizar en la propia historia, fase que requeriría más o menos del mismo número de sesiones que tuvo este estudio (Koch & Weidinger-von der Recke, 2009 ; Abdallah-Steinkopff, 1999).

"El proceso terapéutico comienza con la fase de estabilización. Solo después de que las víctimas hayan obtenido la estabilización psíquica y somática puede tener sentido la confrontación con la experiencia traumática. Esta fase es difícil y agota a las víctimas al confrontarlas con los detalles del trauma y emociones adicionales como la vergüenza, la culpa, el duelo y la venganza. Esta intensa confrontación con el trauma puede ayudar a la persona afectada a aceptar el trauma como una marca profunda dentro de la biografía personal. La aceptación del trauma como un evento pasado es el requisito previo para una vida futura sin recuerdos permanentes del trauma como sombras constantes como intrusiones y flashbacks".
(Abdallah-Steinkopff, 1999; autores)

Retomando el objetivo general compartido con Verreault (2017: 120), *"Comprender la aplicabilidad de la DMT en la intervención con mujeres solicitantes de asilo y refugiadas"*, el presente trabajo escrito, más que de la aplicabilidad, da cuenta del potencial de la Danza Movimiento Terapia en la intervención con mujeres solicitantes de asilo. Siendo consciente de que la muestra es demasiado pequeña y el proyecto demasiado breve, como para generalizar los resultados a toda la población diana, a través de la revisión de la literatura se han podido extraer las temáticas recurrentes en el trabajo con esta población, siempre en el respeto de las diferencias y las particulares de cada persona o grupo de terapia. Es más, en lo que se refiere a esta cuestión, Verreault (2017: 128) afirma que *"asistir a las necesidades de salud mental de las personas refugiadas es complejo y multifacético"*. Es por ello, que su *Marco de resiliencia en relación con las intervenciones y hallazgos de DMT* (Verreault, 2017: 129), ha sido de gran utilidad. Por un lado, me ha permitido tener una guía en la que apoyarme a la hora de diseñar el proyecto e interpretar los datos y por otro, me ha permitido hacer las modificaciones necesarias para aplicarlo al contexto en el que estaba trabajando y a los recursos de los que disponía. De esta manera, los hallazgos fueron particulares al grupo y a las mujeres con las que trabajé, aunque se

puedan encontrar resonancias con los estudios de caso mostrados en la literatura. Es más, si reparamos al estudio concreto de Verreault (2017), la autora realizó cuatro sesiones semanales de 1h15 durante un mes; más del doble de las sesiones con las que cuenta esta investigación. Además, estas sesiones fueron co-facilitadas junto con una drama terapeuta y acompañaron a un tratamiento orientado a la resiliencia, en un centro de psiquiatría transcultural en los Países Bajos. Con esto quiero decir que para poder realizar un estudio comparativo de los resultados habría que tener en cuenta las diferentes variables que influyeron en cada investigación, es por ello que en el presente trabajo escrito no entraré en estos aspectos.

Por otro lado, teniendo en cuenta que el presente estudio es un estudio piloto, creo que este primer ensayo proporciona suficientes pistas para un futuro proyecto mayor. El apartado sobre los requisitos para la Danza Movimiento Terapia con esta población, da cuenta de la necesidad de que la persona terapeuta muestre cierta flexibilidad respecto al encuadre y tolere la incertidumbre que se refleja en la terapia con esta población (Callaghan, 1998), pues en ocasiones, la sensación de falta de control y de que los o las participantes no se implican en el proceso, puede derivar en una falta de implicación por parte de la persona terapeuta. A este respecto, diría que como terapeuta es importante ser consciente de sus propias heridas narcisistas y no relacionar las ausencias de las participantes con una falta de habilidades terapéuticas o una falta de implicación en la terapia por parte de las pacientes. En la misma línea, asociar la no-asistencia de las participantes con resistencias, como se tiende a hacer en las psicoterapias de corte psicoanalítico y occidental, podría ser peligroso y podría dificultar la empatía y la comprensión de las vidas de las personas con las que se está trabajando.

En cambio, la terapia con personas refugiadas o solicitantes de asilo, puede requerir de un espacio para las cuestiones prácticas que vayan

surgiendo a lo largo de las sesiones o al menos de un mínimo de conocimiento por parte de la persona terapeuta para derivar a las participantes a las instituciones pertinentes para estas cuestiones prácticas. En este sentido, este estudio muestra que en ocasiones el propio grupo puede resolver estas cuestiones y pone de relevancia la necesidad de una *autoridad compartida* (Caldwell, 2018) entre pacientes y terapeuta o investigadora y participantes.

Por último, Callaghan (1998) menciona que la dificultad a la hora de utilizar el movimiento y el cuerpo para la expresión emocional y el uso de la expresión verbal para defenderse de la emoción es característica de esta población. En este estudio podemos encontrar esta dificultad por parte de las participantes, pero no me atrevería a decir que es una característica específica de esta población, ya que yo misma experimenté esta dificultad en los primeros años de máster y considero que es una dificultad habitual en los países occidentales y occidentalizados, en donde se impuso la división cartesiana de la mente y el cuerpo y se promovió incluso una jerarquía entre las mismas, en la que la primera dominaba a la segunda. Es así, que como vengo diciendo desde un principio, otro requisito, sobre todo cuando trabajamos con personas que forman parte de una cultura diferente a la nuestra, pero también cuando trabajamos con personas que están atravesadas por intersecciones diferentes a las nuestras (sexo, género, raza, clase social, salud mental...) es necesario ser conscientes de nuestros privilegios y de las relaciones de poder que pueda haber en juego e intentar no caer en estereotipos o generalizar resultados que puedan ser la fuente de nuevos estereotipos.

CONCLUSIONES

En resumen, la reflexividad y el punto de vista de los conocimientos situados, han sido de gran importancia no solo para asegurar la validez del estudio, sino también para abordar la temática de manera

sincera y a través de una objetividad fuerte; entendiendo la objetividad como un ejercicio de puesta en evidencia del diálogo interno que lleva a la investigadora a *hacer lo que hace* y a *decir lo que dice*. En este sentido, también se ha reivindicado y justificado el uso de la primera persona, pues se concluye que es de gran necesidad para la búsqueda de la reflexividad y de la objetividad fuerte y para integrar la epistemología de la investigación (Webb 1992; Davies 2012; Mitchell 2017, 2018). A este respecto, las improvisaciones en movimiento por parte de la terapeuta/investigadora después de cada sesión, han mostrado que tanto *lo que recuerda* el cuerpo, como el uso de métodos artísticos pueden aportar luz a la comprensión de los contenidos que van volcando las participantes en el espacio terapéutico.

En cuanto al tratamiento y al proceso de resiliencia, este estudio pone de manifiesto que abordar los objetivos a través del reconocimiento y el conocimiento de los recursos de los que ya disponían las participantes, ha fomentado la toma de conciencia de sus vulnerabilidades y fortalezas. Subrayando la importancia de los recursos de la propia cultura, como por ejemplo los recursos religiosos y espirituales, las participantes han podido desarrollar sentimientos de esperanza y agradecimiento. A este respecto, también ha sido necesario que la terapeuta/investigadora no juzgase los pensamientos y sentimientos de las participantes a través de sus valores o creencias, una actitud que es necesaria siempre que se trabaja desde una perspectiva de diversidad cultural.

Por último, la intervención a través de la Danza Movimiento Terapia y el compromiso corporal que esta conlleva, han sido de gran utilidad para el desarrollo de un espacio terapéutico seguro que permitiese abordar las necesidades de las mujeres que participaron en la investigación, de manera holística. Es así como la DMT permite comprender a las personas con las que trabaja a través de sus

debilidades y fortalezas, a través de sus intervenciones verbales y a través de su expresión corporal, a través de lo que transfieren en el espacio terapéutico y en la terapeuta y también, a través de la contratransferencia somática de esta última, creando así un espacio seguro por el que transitar hacia la resiliencia.

Referencias bibliográficas

Abdallah-Steinkopff, B. (1999). Psychotherapie bei Posttraumatischer Belastungsstörung unter Mitwirkung von Dolmetschern. *Verhaltenstherapie*, 9, 211–220. Verfügbar unter: <http://www.refugio-muenchen.de/pdf/mitwirkung-von-dolmetschern-vt99.pdf>

Adichie, C. N., (2009). Chimamanda Adichie: El peligro de la historia única. Recuperado de https://www.ted.com/talks/chimamanda_adichie_the_danger_of_a_single_story.

Aron, L. (1996) *A meeting of minds: Mutuality in psychoanalysis*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.

Bondi, L. (2014) Understanding feelings: engaging with unconscious communication and embodied knowledge, *Emotion, Space and Society* 10(1) pp. 1–11.

Breuer, Franz (2004). Lo subjetivo del conocimiento socio-científico y su reflexión: ventanas epistemológicas y traducciones metodológicas [44 párrafos]. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 4(2), 2, Artículo, 5.

Callaghan, K. (1998). *In limbo: Movement psychotherapy with refugees and asylum seekers*. Arts Therapists, Refugees, Migrants, Reaching Across, Borders, London, Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Caldwell, C. (2018). Gracia y coraje: la Danza Movimiento Terapia en el siglo XXI. En Panhofer, H., Campo, M. & Rodriguez, R.M.(Coord.). *¡Con-muévete y mueve el mundo!* (pp. 15-26) Servei de Publicacions. Universitat Autònoma de Barcelona.

CEAR-Euskadi. Externalización de las fronteras: control migratorio y derecho de asilo. Documento marco de incidencia política.

Crenshaw, Kimberle (1989) "Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and

Antiracist Politics," University of Chicago Legal Forum: Vol. 1989: Iss. 1, Article 8 :139-167.

Davies, P (2012) 'Me', 'Me', 'Me': The Use of the First Person in Academic Writing and Some Reflections on Subjective Analyses of Personal Experiences, *Sociology*, **46**, 4 : pp. 744-752.

De la Cuesta-Benjumea, C. (2011). La reflexividad: un asunto crítico en la investigación cualitativa. *Enfermería clínica*, 21(3), 163-167.

de Madrid, C. O. D. P. (2016). Guía para la intervención psicológica con inmigrantes y refugiados. Recuperado de [https://www. ucm. es/data/cont/docs/315-2016-06-02-g. refugiados_PDF. pdf](https://www.ucm.es/data/cont/docs/315-2016-06-02-g.refugiados_PDF.pdf).

Dosamantes-Beaudry, Irma (2007) Somatic Transference and Countertransference in Psychoanalytic Intersubjective Dance/Movement Therapy, *American Journal of Dance Therapy* Vol. 29, No. 2, December 2007: 73-89.

Espín, Lucía Del Moral, « En transición. La epistemología y filosofía feminista de la ciencia ante los retos de un contexto de crisis multidimensional», e-cadernos CES [En línea], 18 | 2012, Publicado el 01 diciembre 2012, consultado el 28 diciembre 2019. URL: <http://journals.openedition.org/eces/1521>

Estermann, J. (2014). Colonialidad, descolonización e interculturalidad. Apuntes desde la Filosofía Intercultural. *Polis. Revista Latinoamericana*, (38).

Galeano, E. (1993). Ventana sobre la utopía. Las palabras andantes.

Gallego-Jiménez, M., Pedraz-Marcos, A., & Graell-Berna, M. (2018). Valor del estudio piloto en investigación cualitativa: el caso de una investigación sobre autolesiones no suicidas. *Enfermería Clínica*, 28(4), 276-277.

Gálvez Muñoz, Lina y Torres López, Juan (2010) Desiguales: Economía, Mujeres y Hombres en la Crisis Financiera, Icaria editorial, Barcelona. Icaria editorial, Barcelona.

Grinberg, L., & Grinberg, R. (1989). Psychoanalytic perspectives on migration and exile. Yale University Press.

Haraway, Donna. (1988). "Situated Knowledges: The Science Question in Feminism and the Privilege of Partial Perspective." *Feminist Studies* 14, 3: 575-599.

Haraway, D.J. 1991: *Simians, cyborgs and women: the reinvention of nature*. London: Free Association Books.

Harding, Sandra (2008), *Sciences from Below: Feminisms, Postcolonialities, and Modernities*. Durham: Duke University Press.

Harding, Sandra (1996) *Ciencia y feminismo*, Madrid, Ediciones Morata.

Harding, S. 1991: *Whose science? Whose knowledge?* New York: Cornell University Press.

Harding, Sandra (1996) *Ciencia y feminismo*, Madrid, Ediciones Morata.

Hervey W. L. (2000). *Artistic Inquiry in Dance/Movement Therapy. Creative Research Alternatives*. Charles C. Thomas Publisher LTD. Springfield, Illinois U.S.A.

Harris, D. A. (2007). Dance/movement therapy approaches to fostering resilience and recovery among African adolescent torture survivors. *Torture*, 17(2), 134-155.

Jorba, L. (2018) De la diversidad interna a las transiciones identitarias externas: competencias profesionales interculturales en la Danza Movimiento Terapia. En Panhofer, H., Campo, M. & Rodriguez, R.M.(Coord.). *¡Con-muévete y mueve el mundo!* (pp. 87-99) Servei de Publicacions. Universitat Autònoma de Barcelona.

Koch, S. C. (2017). Arts and health: Active factors and a theory framework of embodied aesthetics. *The arts in psychotherapy*, 54, 85-91.

- (1999) *Die psychosoziale Situation Asylsuchender in Heidelberg zur Zeit der Deutschen Wende*. Stuttgart: ibídem.

Koch, S. & Dietrich-Hartwell, R. (2018). Danza Movimiento Terapia como hogar temporal para los refugiados. Perspectivas desde la teoría y la práctica. En Panhofer, H., Campo, M. & Rodriguez, R.M.(Coord.). ¡Con-muévete y mueve el mundo! (pp. 75-86) Servei de Publicacions. Universitat Autònoma de Barcelona.

Koch, S. C., & Weidinger-von der Recke, B. (2009). Traumatized refugees: An integrated dance and verbal therapy approach. *The Arts in Psychotherapy*, 36(5), 289-296.

Legrand, M. (1999). La contratransferencia del investigador en los relatos de vida. *Proposiciones*, 29, 115-121.

Meeks, L. (2012). Understanding the Personal Meaning of the Metaphor, "body as Home" for Application in Dance/movement Therapy (Doctoral dissertation, Drexel University). ISO 690

Miner, K. (18 de marzo del 2016). Europak hiltzen banau. Berria. Recuperado de https://www.berria.eus/paperekoa/1922/017/002/2016-03-18/europak_hiltzen_banau.htm

Mitchell, K. M. (2018) Constructing Writing Practices in Nursing, *Journal of Nursing Education*, 57, 7, pp. 399-407).

Mitchell, K.M. (2017) Academic voice: On feminism, presence, and objectivity in writing, *Nursing Inquiry*, 24, 4, pp. 1-8.

Noreña, A. L., Alcaraz-Moreno, N., Rojas, J. G., & Rebolledo-Malpica, D. (2012). Aplicabilidad de los criterios de rigor y éticos en la investigación cualitativa. *Aquichan*, 12(3), 263-274.

Proudfoot, J. (2015). Anxiety and phantasy in the field: The position of the unconscious in ethnographic research. *Environment and Planning D: Society and Space*, 33(6), pp. 1135-1152.

Rodas, J. J. (2013). Abya Yala, el verdadero nombre de este continente. Consultado el, 22. Recuperado de

<https://www.ecoportal.net/temas-especiales/pueblos-indigenas/abya-yala-el-verdadero-nombre-de-este-continente>

Robbins A. (1998). *Therapeutic Presence*. London: Jessica Kingsley Publishers.
Primer capítulo

Rojas, M. (2012). *La Investigación Artística en DMT. Una manera creativa de exploración de conocimiento desde la mirada del artista/investigador*. Tesis de Master. Universidad Autónoma de Barcelona.

Turrión, R. F., & Jiménez, G. P. (2016). La mal llamada " crisis de los refugiados" en Europa: crisis, impactos y retos para la política de inmigración y asilo de la Unión Europea. *Documentación social*, (180), 49-69.

Verreault, K. (2017). Dance/Movement therapy and resilience building with female asylum seekers and refugees: a phenomenological practice based research. *Intervention*, 15(2), 120-135.

Vivar, C. G., McQueen, A., Whyte, D. A., & Canga Armayor, N. (2013). Primeros pasos en la investigación cualitativa: desarrollo de una propuesta de investigación. *Index de Enfermería*, 22(4), 222-227.

Webb, C. (1992), The use of the first person in academic writing: objectivity, language and gatekeeping. *Journal of Advanced Nursing*, 17, pp. 747-752.

Anexo 1: Cartel para difundir el taller



Anexo 2: Documento de presentación para el equipo

La Danza Movimiento Terapia (DMT) se define como “El uso psicoterapéutico del movimiento dentro de un proceso que persigue la integración psicofísica (cuerpo-mente) del individuo”. Este tipo de psicoterapia pertenece al grupo de las terapias creativas y nace de la unión de la danza y la psicología. De esta manera, pretende conectar emoción, movimiento y pensamiento. Al mismo tiempo que el aspecto creativo facilita la exploración de nuevas formas para afrontar los retos y desafíos de la vida.

En lo que respecta a la Danza Movimiento Terapia con personas refugiadas, diversos estudios muestran que aunque sea una disciplina que se ha desarrollado en países occidentales, puede ser una herramienta útil a la hora de trabajar con personas procedentes de diferentes culturas. Con la ayuda de la DMT podemos explorar la metáfora del cuerpo como hogar, de manera que podemos crear un lugar seguro en el propio cuerpo y así trasladarlo a las diferentes circunstancias de la vida.

Por otro lado, expresarse a través del movimiento, puede ayudar a superar las barreras lingüísticas que encuentran muchas de las personas refugiadas, que no siempre dominan el idioma del país de acogida. Además, en muchos de los países de origen de las personas desplazadas, la psicoterapia no está bien vista ya que se relaciona con la enfermedad mental y por eso, trabajar con estas personas utilizando una terapia de movimiento puede ayudar a superar estos prejuicios entorno a la terapia, puesto que la práctica de la misma se relaciona con actividades de celebración, deporte o con el arte.

Por último, la Danza Movimiento Terapia puede ayudar a la reconstrucción de la identidad en las personas que han vivido procesos migratorios, creando un puente entre la cultura de origen y la cultura de acogida. Dokter sostiene que la DMT “se puede utilizar para ayudar a mantener una identidad cultural, en especial en situaciones en las que se pierde parte de esa identidad o bien entra en conflicto con la cultura dominante”.

Anexo 3: documento de consentimiento

CONSENTIMIENTO PARA LA INVESTIGACIÓN: Narrativas corporales de migración y exilio

Propósito del estudio: Revisitar su propia historia de migración a través de la danza movimiento terapia y crear una coreografía juntas.

Me comprometo a:

- Asistir regularmente a las sesiones de Danza Movimiento Terapia.
- Participar en la creación de la coreografía final.
- Participar en las entrevistas requeridas a lo largo del proceso.

La investigadora se compromete a :

- Respetar los principios éticos y deontológicos para proteger a las participantes de la investigación.
- Ofrecer la posibilidad de retirarse del estudio en cualquier momento.
- Aportar más información sobre el estudio en cualquier momento.

Privacidad: Los datos recopilados se mantendrán y procesarán de manera confidencial y la utilización de los datos en la publicación del estudio, será absolutamente anónima. Todo en cumplimiento de la legislación vigente.

Estoy de acuerdo en participar libremente en el estudio, promovido por Garazi Romero Corral. Esta investigación forma parte de la investigación de su trabajo final para el master de Danza Movimiento Terapia, en la Universidad Autónoma de Barcelona.

En Bilbao, a fecha de

Nombre de la participante:	Nombre de testigo y responsable de la institución:	Nombre de la investigadora:
Firma de la participante:	Firma del testigo:	Firma de la investigadora:

Anexo 4: Cuestionario inicial

Taller de Danza Movimiento Terapia - Cuestionario previo

Como ya saben, el taller de Danza Movimiento Terapia forma parte de una investigación que se llama "Narrativas corporales de migraciones y exilio". El objetivo de la investigación es que utilicen la Danza Movimiento Terapia para revisar su propia historia de migración y/o exilio. Para ello, utilizaremos la danza, el movimiento y la creatividad.

Por todo esto, me gustaría tener un poco de información sobre su situación antes de empezar las sesiones. Si en algún momento se siente incómoda y no quiere contestar a alguna pregunta, no dude en decírmelo o deje ese apartado vacío.

¿Cuántos años tienes?

¿De dónde eres?

¿Cuándo llegaste al País Vasco?

¿Puedes volver a tu país de origen?

No - Si lo deseas puedes añadir más información

Sí - ¿Cuándo fue la última vez que volviste?

¿Cuál es tu situación administrativa?

¿Tienes hijos o hijas? ¿Estás soltera o en pareja?

¿Tienes familiares aquí?

¿Dónde vives?

¿Cuál es tu profesión? ¿Y tu situación laboral?

¿Hay algo más que quieras compartir?

Anexo 5: Descripción detallada de las sesiones

1ª SESIÓN: ME PRESENTO & NOS PRESENTAMOS

Contenido de la sesión

Desde un principio aparecen los retrasos, ya sea porque no conocían el sitio como porque tenían que cumplir con responsabilidades que les impedían llegar a la hora. Por el contrario, la asistencia fue alta, ya que vinieron cuatro de las seis mujeres que estaban apuntadas. Amanda y Tatiana en cambio, no pudieron venir pero se justificaron por mensaje. Además, el día anterior había enviado un mensaje colectivo para recordar la hora y el lugar, ya que desde algunas de las entrevistas y llamadas hasta el día de inicio del taller habían pasado semanas.

En esta primera sesión dediqué un tiempo a presentarme una vez más, presentar la investigación y encuadrar el espacio terapéutico. Luego les cedí la palabra para que se presentasen ellas mismas. Con el objetivo de introducir el movimiento desde el principio, les invité a que acompañaran su presentación con un movimiento al final de la misma. Fue significativo que todas, excepto Inés que era la última, hicieron un movimiento de pase, como si le lanzasen una pelota invisible a la compañera, en un tiempo sostenido. Pareciera que expresarse a través del movimiento les resultaba incomodo y no se les ocurría *qué hacer*. Es más, esta sesión fue enteramente verbal y pude sentir una gran necesidad de hablar y compartir su historia con el grupo. Además, el grupo se mostró desde un principio muy contenedor y con mucha capacidad de escucha. Enseguida se dieron consejos para solventar las dificultades que compartían y agradecieron tener un espacio para ello.

Observación y análisis del movimiento

Les ofrecí la posibilidad de sentarse o en esterillas o en sillas. La mayoría ha elegido las esterillas y se ha quitado los zapatos, excepto

Marisa que desde un principio expresa que tiene molestias en las rodillas y no se puede sentar en el suelo. Las partes del cuerpo que más se han movilizadas han sido las manos, las cuales han acompañado al discurso oral y las piernas, que se doblaban, se estiraban o cambiaban de posición.

En cuanto al aspecto relacional, desde un principio el grupo en general, busca y acepta a sus compañeras y a la terapeuta. La proximidad y la distancia fue determinada por la formación en círculo y el espacio que ocupaban se limitaba a su kinesfera personal, sin invadir la del resto. Es más, en esta primera sesión no hubo contacto físico exceptuando a la llegada y a la salida, que nos saludamos con dos besos. Si no, el contacto fue exclusivamente visual y verbal. En general, las estrategias relacionales fueron de adaptación.

Los aspectos corporales eran diversos, ya que los cuerpos de las mujeres y los perfiles de movimiento lo eran también. Pero diría que en esta sesión la postura corporal que predominaba era la postura cóncava. Dependiendo de la persona esta postura era más o menos acentuada, pero la aparición de esta postura estaba en sintonía con el hecho de que se enfrentaban a una situación nueva, frente a personas que no conocían. Además, desde un principio, sus intervenciones verbales dieron cuenta de todas las cargas y responsabilidades a las que tenían que hacer frente y de alguna manera al “peso que llevaban a cuestas”, de manera que esto se reflejaba en sus espaldas.

En cuanto a las cualidades de movimiento, el grupo mostró una tendencia al flujo libre que se expresaba sobre todo a través del discurso oral y de los gestos y cambios de posición que lo acompañaban. En cuanto al espacio, esta cualidad presentó oscilaciones, ya que por un lado, sus intervenciones y movimientos se dirigían hacia el centro del grupo o en ocasiones hacia personas

concretas del grupo pero al mismo tiempo, las intervenciones se movían de manera indirecta en el espacio y sus cambios de postura también mostraban un uso del espacio indirecto. La cualidad del peso se presentó de manera pasiva, ya que debido al “peso que llevaban auestas” sus cuerpos se abandonaban hacia el suelo. Algo que además me hizo reflexionar en que en este espacio en cierta medida se estaban permitiendo abandonarse, ya que en las entrevistas y en la entrada y salida de la sesión, el uso del peso era diferente. La cualidad del tiempo en cambio se presentó con una alta tendencia a la variabilidad. Además, no solo se presentó como una cualidad de movimiento sino que apareció representada también en el sentido más abstracto del tiempo, a través de los retrasos, de las prisas y las esperas interminables de sus vidas y el hecho de llegar o no llegar a la sesión.

La exploración del espacio, fue únicamente visual, ya que solo recorrieron el espacio para dejar sus pertenencias a un lado y sentarse en el círculo y después hacer el recorrido contrario para salir, con lo cual el uso del espacio se limitó al centro de la sala. Durante la sesión, en general, las kinesferas personales eran o pequeñas o medianas. La kinesfera general, la cual fue vehiculizada principalmente por las miradas, era principalmente mediana. El nivel que predominó fue el bajo, exceptuando Marisa, que estaba sentada en una silla y por lo tanto, parecía estar a un nivel superior al del resto y la tendencia general en cuanto a los planos era el uso del plano sagital junto con el plano horizontal aunque este se mostraba de manera tímida y no muy evidente.

Por último, si reparamos a las acciones, en esta primera sesión apenas hubo, gestos o preferencias en movimiento que llamaron mi atención. Además, reconozco que mi atención se enfocó principalmente en la comunicación verbal, sentía la necesidad de llevar a cabo una escucha activa y ofrecer apoyo a través de

intervenciones verbales, al mismo tiempo que demostrarles que estaba atenta a sus historias. Respecto a los ritmos de Kestenberg, prevalecían los ritmos de aceptación, aunque los contenidos de sus intervenciones me dejaban ver que en su día a día, a menudo se manifestaba una necesidad de los ritmos de lucha, en su expresión verbal y no verbal, predominaban los ritmos de aceptación.

Contratransferencia

El grupo requirió de mucha intervención verbal, ya que todos sus intercambios más evidentes eran verbales. Me sentí abrumada por la cantidad de palabras, me sentía insegura y con la presión de tener que *decir algo inteligente*. Además, no sabía cómo introducir el movimiento y el cuerpo, ya que la sesión parecía una terapia grupal verbal. Todo esto dificultaba la escucha de mi propio cuerpo y la observación de las dinámicas y perfiles de movimiento del grupo y sus participantes. Por otro lado, me halagaba el agradecimiento y la confianza que habían mostrado tanto por el grupo como por el espacio terapéutico y por mi persona. Las mujeres se habían mostrado muy participativas y esto ayudó a que sintiera que toda la responsabilidad de contener el grupo no recaía exclusivamente sobre mí, sino que las diferentes mujeres que lo formaban lo contenían también.

2ª SESIÓN: RE-CONOCERSE

Contenido de la sesión

Antes de la sesión, cuando todavía estaba en casa, me llamó una trabajadora social de la institución. Me dijo que una mujer con la que trabajaba estaba interesada en el taller pero tenía dudas al respecto de si le vendría bien. De pronto sentí que recaía sobre mí una gran responsabilidad y me surgieron dudas a mí también, pero al final le dije que podía venir a probar, que no estaba obligada a contar nada que no quisiera y sobre todo, que podía abandonar la investigación

cuando quisiera. Ese mismo día, poco después, cuando ya no tenía tiempo ni para responder al teléfono, recibí un mensaje en mi buzón de voz de otra trabajadora social, que me informaba de que otra mujer más estaba interesada en el taller y que acudiría hoy a la sesión. De pronto me sentí abrumada con las nuevas incorporaciones, con las cuales ni siquiera había hecho una entrevista previa, pero al mismo tiempo, me complacía que siguiese habiendo mujeres interesadas y que el equipo confiase en mí.

Las dos nuevas mujeres, Daiana y Laura, llegaron casi al mismo tiempo. Vinieron un poco antes de las 12h y nos dio tiempo a firmar el consentimiento, conocernos y que les explicase brevemente la investigación, las condiciones y la estructura del taller. Luego quedamos en que al final del taller se quedarían un rato más para poder rellenar el cuestionario.

En esta segunda sesión, los retrasos también estuvieron presentes pero para las 12h15 ya había cuatro de las cinco mujeres que iban a acudir a la sesión y sabía que la quinta no tardaría en llegar ya que me había avisado que estaba en camino. Di la bienvenida a las nuevas integrantes, me presenté otra vez y volví a encuadrar el espacio terapéutico para después ofrecerles otra vez un tiempo de presentaciones. Antes de pasar al calentamiento, les propongo una dinámica de conciencia corporal extraída del libro *“El cuerpo recuerda: la psicofisiología del trauma y el tratamiento del trauma”* de Rothschild (2015). Con esta dinámica cada mujer pudo elegir la postura en la que se mantendría durante unos minutos para escuchar y tomar conciencia de las sensaciones corporales y yo pude dedicarme a la observación y análisis del movimiento de las mujeres. Luego pasamos al calentamiento que permitió hacer de puente hacia la dinámica en movimiento.

En un primer momento, la dinámica de esta sesión consistió en caminar por el espacio y familiarizarse con la sala. Luego les invité a que dibujaran una esfera imaginaria con la largura de sus brazos y que se colocasen dentro. Al principio esta esfera sería muy grande, de manera que dejaría mucho espacio entre ellas y las compañeras y después se iría haciendo más pequeña; permitiéndoles así que experimentasen los dos tipos de kinesferas y que probasen diferentes distancias entre sus cuerpos y el de las compañeras. Para terminar les invité a que volvieran a caminar por el espacio y fueran generando contacto visual con las compañeras que se fuesen encontrando por el camino y después, terminasen ofreciéndoles un saludo a cada una.

En el check out repartí una hoja a cada participante y les ofrecí unas pinturas y bolígrafos para que pudieran volcar la experiencia en el papel. Después cada mujer explicó su dibujo y verbalizó y compartió la experiencia con el grupo.

Observación y análisis del movimiento

En la segunda sesión, los aspectos relacionales adquirieron más proximidad. Sobre todo en la dinámica en movimiento, en la que hubo contacto físico a través de los abrazos. En particular, dos mujeres se mantuvieron abrazadas durante un largo tiempo, debido a que una de ella rompió a llorar y su compañera le proporcionó un largo abrazo acompañado de palabras de consuelo. Por otro lado, una de las mujeres en particular se mostró distante y no tomó en ningún momento la iniciativa de empezar el contacto físico con sus compañeras o conmigo pero sí que aceptó el contacto físico por parte de las mismas, respondiendo con sonrisas tímidas.

En referencia a los aspectos corporales, en esta segunda sesión aparecieron posturas corporales convexas, por un lado, haciendo uso de la pared y el suelo para apoyar la espalda y a través de la postura

de meditación que adquirieron dos de las mujeres durante la dinámica de conciencia corporal. En la respiración había más variabilidad, puesto que dependiendo de la persona y de la actividad que se estuviera llevando a cabo, había respiraciones más profundas, más superficiales o incluso respiraciones entrecortadas debido al llanto.

Si reparamos a las cualidades de movimiento, el flujo varió en función del momento pero el momento que más me llamó la atención fue al inicio de la dinámica en movimiento, en la que las mujeres parecían sentirse perdidas y no saber muy bien qué tenían que hacer, de manera que usaron el espacio de manera indirecta al mismo tiempo que el flujo era contenido, debido al bloqueo. En cuanto al peso, volvió a aparecer una tendencia al peso pasivo, ya que por ejemplo, en la dinámica de conciencia corporal, tres de las mujeres acabaron abandonando su peso en la esterilla, a través de la posición tumbada. Por otro lado, también pude observar momentos en los que el peso tendía a ser o más liviano o más firme, una vez más dependiendo de la persona y de la actividad.

Esta vez, la exploración de espacio fue mayor, ya que no solo lo exploraron a nivel visual si no también a través de sus movimientos. De todos modos, los recorridos se limitaron a un cuadrado imaginario que empezaba en la pared del fondo y no llegaba ni a la puerta ni al espacio donde estaban amontonadas las mesas y las sillas. Las kinesferas personales y generales mostraron mayor variabilidad debido a las indicaciones de la dinámica, igual que los planos, los niveles y las direcciones.

En las acciones y los ritmos, seguían predominando estrategias de aceptación, sobre todo en las acciones y los ritmos que iban dirigidas hacia el exterior. Ya que sí que se podía observar levemente ritmos de lucha como tensionar/soltar o empezar/parar que daban cuenta de

sus luchas internas. En cuanto a las acciones básicas en cambio, había una clara ausencia de acciones como arremeter, golpear con el puño o dar latigazos. Esta ausencia podía relacionarse con que las dinámicas en movimiento no propiciaban acciones de este tipo, pero creo que también indicaba que no había una necesidad o permisión interna que diese rienda suelta a la agresividad.

Contratransferencia

Cuando terminé la sesión me sentía acelerada. Había salido de casa corriendo, debido a las llamadas; encima, había citado a las dos mujeres un poco antes de la sesión, de modo que no había tenido el tiempo suficiente para prepararme antes de la sesión y después, había estado haciendo la entrevista con Daiana, por lo tanto también había desaparecido parte del tiempo que necesitaba para tomar notas, aterrizar la sesión, hacer la improvisación en movimiento y soltar. Durante la sesión me había vuelto a sentir atrapada por el discurso de las mujeres, es como si el tiempo se parase en ese espacio y no pensaba en absolutamente nada más que escucharlas, procesar la información y emitir una respuesta. Una vez más, sentía que esa observadora interna que tenía que estar siendo consciente de las dinámicas grupales, de la información relacionada con el análisis de movimiento y de sus propias reacciones contratransferenciales estaba atrapada en las intervenciones verbales de las mujeres y en las que se suponía que tenía que llevar a cabo. Además, había sentido que una de las mujeres que se habían incorporado al proyecto, se sentía desconfiada y sobre todo creía que esta desconfianza estaba relacionada con mis habilidades terapéuticas deficientes. Es así, que había percibido y seguía percibiendo después de la sesión, un nudo en el pecho que impedía que mi respiración fluyese con facilidad. Creo que este flujo contenido estaba relacionado con los miedos y el estado de alerta de esa mujer, que al mismo tiempo se mezclaban con mis propios miedos y mi

propio estado de alerta, frente a esta situación que sentía que no controlaba del todo.

3ª SESIÓN: RESISTENCIA Y FORTALEZA

Contenido de la sesión

En la tercera sesión me di cuenta de que para que el grupo estuviese al completo se necesitaban más o menos 15 minutos. De todos modos, durante todo el proceso intenté empezar sobre las 12h05 - 12h10 para respetar el encuadre, ofreciéndoles la posibilidad de llegar en cualquier momento de la sesión. Es así que por lo general las mujeres iban llegando a lo largo del check-in. La duración del check-in variaba en función de la necesidad de hablar de las mujeres y de mi habilidad para redirigir el discurso oral a propuestas o dinámicas de movimiento. En esta sesión en concreto el check-in duró una hora, dejando muy poco tiempo para el calentamiento y las dinámicas en movimiento. Además, una de las mujeres llegó a mitad de la sesión y esta incorporación también participó en el alargamiento del check-in.

Sobre las 13h, guié un calentamiento breve a través de movimientos de autocontacto y un repaso por todas las articulaciones a través de movimientos giratorios y de abrir y cerrar, en función de las posibilidades de cada articulación. Luego les propuse una dinámica de resistencia donde en parejas, se empujaban con diferentes partes del cuerpo (manos con manos, manos con hombros y espalda con espalda).

Para terminar, quise introducirles al círculo Chace, con el objetivo de trabajar el liderazgo, la creatividad, la expresión corporal a través de la creación de propuestas en movimiento, la escucha y coordinación a través del ejercicio de espejar y la ampliación de los perfiles de movimiento; puesto que se tendrían que adaptar a los movimientos

propuestos por mí o por sus compañeras. Como en la anterior sesión, el check-out se vehiculizó a través de sus escritos y dibujos. Esta vez en cambio les propuse que en vez de explicar sus dibujos, les pusieran un título con la intención de que intentasen autoregularse en el discurso oral, tarea que les resultó bastante difícil. Antes de marcharse, Daiana, para quien era su segunda sesión, lamentó que hubieran faltado algunas de las mujeres ya que consideraba que la sesión de ese día había sido particularmente satisfactoria. Las compañeras apoyaron su opinión con gestos afirmativos.

Observación y análisis del movimiento:

Durante esta sesión, si reparamos a las dinámicas relacionarles, se pusieron en práctica estrategias de resistencia. No solo porque la dinámica fue en torno a experimentar sus capacidades de resistencia cuando alguien empujaba su cuerpo contra el suyo, sino porque durante el check-in, una de las mujeres mostró su desacuerdo con una intervención que hice en torno a la agresividad.

En referencia a las dinámicas de movimiento, destacaron la cualidad de flujo y espacio. Por un lado, predominó el flujo conducido, sobre todo en las dos dinámicas en movimiento. En la dinámica de resistencia porque la propia dinámica lo requería pero en el círculo Chace, apareció el flujo conducido a través de bloqueos y de una tendencia a la quietud, a pesar de que había música para bailar. Respecto a estos bloqueos, referían no conocer la música y tener dificultades para fluir o soltarse con ritmos que no conocían. Sobre todo, dos de las participantes. Por otro lado, hubo una tendencia al espacio directo, principalmente en la dinámica del círculo Chace donde no hicieron mucho uso de los diferentes planos y de las diferentes direcciones.

En esta tercera sesión, pude observar un repertorio más amplio de acciones y ritmos de Kestenberg, ya que aunque el tiempo de

movimiento fue breve, las diferentes dinámicas en movimiento me ofrecieron la oportunidad de poder observar, ya que cuando predominaba la comunicación verbal me perdía en el contenido de las palabras y tenía dificultades para observar sus perfiles. Durante el check-in, invité a las mujeres a que hicieran una frase en movimiento. Es de destacar que tanto en esta sesión como en las anteriores, apareció un movimiento que se repitió entre varias mujeres, en ocasiones diferentes, que consistía en alzar los dos brazos al cielo en señal de agradecimiento a Dios. Es más, en esta sesión destacó la utilización de los brazos ante todas las demás partes del cuerpo. Otra de las mujeres se llevo las manos al corazón con la misma intención y la última mujer que compartió su frase en movimiento, hizo uso del plano vertical para levantarse y subrayar la importancia de levantarse después de cada caída, al mismo que alzaba los brazos para compartir una oración. En cuanto a la primera dinámica, las acciones eran diferentes en función de cada mujer, había quien empujaba continuamente, como si necesitase mostrar su fuerza, inclinando todo su cuerpo hacia su compañera y dejándole poco margen de movimiento. Otras mujeres, hacían uso del ritmo de “empezar/parar” y “tensionar/soltar”, regulando la acción de empujar o presionar (en términos de las acciones de Laban) a través de pausas. Por otro lado, había quien se limitaba a resistir, sosteniendo la fuerza y el peso de la compañera. En ocasiones, también perdían el equilibrio y la fuerza a causa de las risas. Esta dinámica permitió que las mujeres pusieran en práctica y experimentasen ritmos de lucha, ya que hasta ahora había percibido una ausencia de los mismos. Aunque creo que esta ausencia podía estar relacionada con el hecho de que en sus vidas, llevaban una lucha diaria y relacionaban este espacio, con un espacio para descansar, relajarse y cuidarse.

Contratransferencia:

Las valoraciones positivas de las mujeres contradijeron mis sentimientos de incapacidad. El check-in de hoy había durado una

hora, tenía la impresión de que el grupo se enredaba en las palabras y sentía que estaba teniendo muchas dificultades para introducirlas en las dinámicas de movimiento y para captar la información que procedía de sus cuerpos y ponerla al servicio del proceso terapéutico. Además haber percibido la animadversión de una de las mujeres hacia mi intervención, había hecho que me sintiese insegura. Acabé la sesión agotada y con dolores y tensiones en la zona del cuello y en la base del cráneo. Es más, en la improvisación en movimiento pasé mucho tiempo tirada en el suelo.

4ª SESIÓN: DOLORES

Contenido de la sesión

Tatiana fue la primera en llegar. Como estábamos a más de la mitad del proceso decidí que no les enviaría un mensaje recordándoles el taller, algo que hasta el momento había hecho antes de cada sesión. Pero ese día me di cuenta de la importancia de ese mensaje, ya que creo que no solo servía de modo de recordatorio sino que me permitía entablar una pequeña conversación con las que no venían, que me informaban de los motivos de sus ausencias y les daba la opción de seguir siendo partícipes del proyecto aunque no estuvieran presentes. Además siempre insistía en que hasta el final del proceso, podía volver cuando quisieran, independientemente de si habían faltado mucho o de si no habían venido nunca. Así que como yo no lo había hecho, Tatiana asumió ese rol. Cogió su móvil y empezó a llamar a las mujeres de las que tenía el teléfono y yo contacté con las restantes. Es así como supimos que hoy solo vendría Marisa, quien llegaría tarde debido a que estaba en el otro curso al que asistía en el mismo horario.

La primera mitad de la sesión fue una sesión individual con Tatiana. Hicimos un check-in muy breve y enseguida pasamos al calentamiento, en el que le ofrecí que fuese activando el cuerpo a

través de movimientos que eligiera ella misma y yo le acompañaría. Mientras se movía, Tatiana me informaba sobre la rigidez que sentía y sobre los dolores que tenía por todo el cuerpo. Sus movimientos eran lentos y pesados, como si cada movimiento le llevase un sobreesfuerzo. Al mismo tiempo que le acompañaba en los movimientos, en ocasiones le proponía empujar sus límites y ampliar algunos estiramientos, pero era tal su dificultad, que llegué incluso a sentir que estaba sobrepasando sus límites y que le estaba violentando, ya que Tatiana me repetía que no podía y que le dolía mucho. De pronto me sentí bloqueada y no sabía cómo continuar, pues había preparado la sesión pensando en una sesión grupal en la que cada parte tomaría más tiempo. En cambio me encontraba frente a una sesión individual con una persona que parecía tener muchas limitaciones a la hora de moverse. Tiempo después de esta sesión me di cuenta de que el imperativo de *hacer algo*, no me permitió darme cuenta de la necesidad de Tatiana, que llevaba desde las cinco de la mañana despierta, trabajando, y que probablemente lo que necesitase era *no hacer nada*. “¿Qué necesitas?” hubiera sido la pregunta adecuada para continuar la sesión, pero me pudo la autoexigencia y la creencia de que al ser la terapeuta, era yo quien tenía que hacer las propuestas y ofrecer soluciones. Para salir del bloqueo le propuse que hiciese una frase en movimiento y transitamos de manera un tanto atropellada del calentamiento a una dinámica de expresión corporal en la que Tatiana expresaría su estado físico y emocional a través del cuerpo. En ese momento llegó Marisa, quien se unió a la propuesta y construyó también una frase en movimiento. Después, volvimos a hacer un breve calentamiento, para introducir a Marisa y para preparar los cuerpos para las dinámicas de movimiento.

Las dinámicas fueron tres. La primera consistió en caminar por el espacio e ir nombrando en alto las sensaciones corporales que iban sintiendo. Lo hicieron por turnos y con los ojos cerrados y la persona

que iba caminando era sostenida por su compañera que le acompañaba por detrás, con una mano en la espalda, de manera que pudiera sentirse segura a la hora de andar con los ojos cerrados. Además, este ejercicio era útil para trabajar la confianza y el apoyo mutuo entre ellas. Luego les propuse que hicieran la dinámica del espejo y terminamos con el círculo Chace, durante dos canciones, en las que participé yo también, ya que hasta el momento me había mantenido al margen observándoles y guiándoles en los ejercicios. Entre cada dinámica, abrí un espacio de reflexión para que pudieran pensar y compartir sobre la experiencia en movimiento.

Como ya era costumbre, para el check-out repartí unos folios y les ofrecí bolígrafos y rotuladores, de manera que pudieron volcar sobre el papel su experiencia y los sentimientos que la acompañaban.

Observación y análisis del movimiento:

En la cuarta sesión, el contacto físico también fue propiciado por la primera dinámica y no por su propia iniciativa, ya que en las dos siguientes dinámicas no buscaron ni iniciaron contacto físico alguno. Por el contrario, se pudo observar una elevada aceptación del contacto visual, ya que durante la dinámica del espejo lo mantuvieron sin dificultad.

Respecto a los aspectos corporales, en esta sesión destacaron actitudes negativas hacia sus propios cuerpos. Por un lado, debido a la rigidez que sentían, a las dificultades a la hora de estirarse y a sensaciones corporales relacionadas con el dolor o tensiones musculares, pero también respecto a su imagen corporal.

En cuanto a las cualidades en movimiento, experimenté esta sesión de manera acelerada. Sentía que cambiaba de actividad de manera súbita y sin apenas transiciones. Las cualidades de movimiento de las mujeres que participaron en cambio, presentaron una tendencia al

tiempo sostenido, tanto en el check-in, como en el calentamiento y las dinámicas destacaban movimientos lentos y pausados. A este tiempo sostenido le acompañó una tendencia al flujo conducido que se expresaba a través de los bloqueos y la rigidez, aunque en la dinámica del espejo destacó una tendencia al flujo libre y peso liviano en los brazos, parte del cuerpo que predominaba y lideraba casi todos los movimientos.

La exploración del espacio en la primera dinámica fue mayor aunque no se dio de manera intencionada si no porque la propia dinámica requería acciones de caminar y recorrer el espacio. Por otro lado, los movimientos de los brazos hicieron que la kinesfera personal se ampliase e incluyeron el plano vertical y el nivel alto, que no había destacado mucho hasta el momento.

En esta sesión destacaron una vez más los ritmos de aceptación, exceptuando el ritmo de empezar/parar que aparecía en momentos de impaciencia, de variaciones en la iniciativa o de cambios de energía. En este mismo sentido, si reparamos a las acciones de Laban, se repetía la ausencia de acciones como “arremeter”, “dar golpes” o “dar latigazos”. En cuanto a los ritmos de aceptación, destacaban el ritmo de succionar, relacionado con que hablaban mucho o el ritmo de “dejar correr”, puesto que en las improvisaciones daba la improvisación de que se dejaban ir, se movían sin demasiada estructura, ni planificación.

Contratransferencia:

Sentía mis piernas y mi cuerpo entumecido. Después de la sesión necesite frotar y dar pequeños golpes por todo mi cuerpo, como en un intento de despertarlo, de activarlo y de aflojar los nudos que iba encontrando por el camino, en especial en el pecho donde tenía una gran necesidad de golpear fuerte y durante más tiempo, igual que los gorilas. Acto seguido entré en una especie de lucha conmigo misma

por mantenerme erguida ya que mi cuerpo quería derretirse hacia el suelo, como si hubiese perdido masa y tono muscular y estuviese blando. Me sentía aturdida y acelerada, por un lado, sentía que había pasado de una dinámica a otra sin transición y de manera forzada y por otro, habían faltado muchas mujeres y lo relacionaba con que no lo estaba haciendo bien.

5ª SESIÓN: AUSENCIAS

Contenido de la sesión

A la quinta sesión no vino nadie. En esta sesión también intenté no enviarles un mensaje recordándoles la sesión, ya que me parecía importante que se hicieran cargo de la responsabilidad de acordarse del taller y mandarme un mensaje si no podían asistir. Pero también me di cuenta de que yo misma había instalado ese sistema recordatorio, y además, me parecía más importante poder saber los motivos de las ausencias y conocer el número de participantes, independientemente de si venían porque se lo había recordado. Así que poco a poco fueron llegando los mensajes de las mujeres que no podrían venir. Un par de ellas intentaron llegar pero al final se les hizo demasiado tarde.

A las 13h35 recogí mis cosas y me fui. Normalmente me quedaba en la sala media hora más para grabar mi improvisación en movimiento. En estas improvisaciones movía mi contratransferencia y encarnaba los cuerpos y las cualidades de movimiento de las mujeres, así como contenidos de sus intervenciones verbales. Ese día en cambio, como sabía que no iba a venir nadie, grabé la improvisación un poco antes y sobre todo, estaba deseando salir, debido a la frustración de la espera. Cuando ya estaba en el metro para volver a casa, me llamó Marisa diciéndome que estaba en el centro donde hacíamos el taller. Yo le dije que ya me había marchado, puesto que la hora de finalización de la sesión ya se había terminado y ella me dijo que

había ido corriendo al centro porque quería hablar conmigo, ya que sentía que como estaba asistiendo más al otro curso que tenía en el mismo horario que la sesión de DMT, estaba faltando al compromiso conmigo y con el taller. Además, me informó de que tampoco podría venir la semana siguiente. Yo le dije que no se preocupase y que como habíamos hecho hasta ahora, viniese cuando pudiera. Le recordé en cambio que nos acercábamos al final del proceso y que las sesiones serían hasta el 12 de noviembre, es así como me dio su palabra de venir a la última sesión.

Contratransferencia:

Durante la hora y media que duraba la sesión, pasé por muchos estados diferentes. En un principio pensaba que alguna de las mujeres llegaría, por lo tanto me obsesioné con “cuál era la postura terapéuticamente correcta en la que debería esperar”. Sentía una gran necesidad de estirarme y moverme, pero la vergüenza de que alguna de las mujeres llegase y me encontrase o haciendo estiramientos o moviéndome, me inmovilizaba. De modo que me quedé bastante tiempo sentada en la esterilla, en el lugar donde me solía sentar siempre. Pero esta postura también me resultaba incómoda y extraña, ya que también me avergonzaba que cuando llegasen me encontrasen quieta como *una estatua de Budha*. Así que decidí esperar en una de las mesas que estaban amontonadas al lado de la puerta, de manera que cuando entraban yo podía verlas pero ellas no me veían a mí. Aprovechando que tenía una mesa y por la imperiosa necesidad de *rellenar el tiempo*, saqué un folio y las pinturas e hice un dibujo para profundizar en lo que estaba sintiendo. Un dibujo lleno de palabras. Este dibujo se puede encontrar en los anexos y en el apartado de la contratransferencia desarrollaré su contenido.

6ª SESIÓN: EL PROCESO: “De la oscuridad a la luz”

Contenido de la sesión

A esta sesión solo acudió Inés que además llegó con media hora de retraso. Llegó corriendo y se disculpó por su retraso. Vi su expresión de sorpresa al descubrir que no había venido nadie y le informé de que sería la única participante hoy. Ante esta información Inés se encogió de hombros, como si no le afectase o al menos no le sorprendiera que el resto del grupo no estuviera presente.

La sesión individual permitió que nos centrásemos en las necesidades de Inés e intenté no apresurarme y darme tiempo para escuchar la información que me daba Inés tanto a nivel verbal como no verbal. Durante el check-in, le recordé que era la anteúltima sesión y que la dedicaríamos a hacer un repaso del proceso terapéutico. En esta parte de la sesión Inés me contó que sentía que estaba consiguiendo controlar mejor sus enfados. Relacionó esta mejoría con su participación en las sesiones, pues recurría a técnicas como tomar conciencia de su respiración para autoregularse y conseguía relativizar sus problemas, diciéndose a sí misma que *no pasa nada*. Antes de pasar al calentamiento, le propuse que hiciera una frase en movimiento y Inés aprovechó para expresar su agradecimiento.

Al principio del calentamiento, me comunicó las tensiones que sentía en diferentes partes de su cuerpo y le invité a que se automasajeara en esas zonas al mismo tiempo que le acompañaba automasajeando mi propio cuerpo, de manera que pude sentir la liberación de mis propias tensiones musculares. También le ofrecí que guiase el calentamiento de manera que pudo moldearlo a través de la escucha de su propio cuerpo.

Luego le invité a que caminase por su experiencia a través del proceso terapéutico, es decir, que expresase con diferentes

secuencias de movimiento las diferentes fases del proceso terapéutico al mismo tiempo que avanzaba en el espacio. Después de esta dinámica le ofrecí un espacio para que se moviera como quisiera o que expresase lo que quisiera, es así que Inés decidió dedicar una oración a sus compañeras ausentes. Cuando terminó la oración, le propuse que si quería podía dedicarse otra oración a ella misma y al finalizar la oración, abrió los brazos y cogió aire, al mismo tiempo que hacía referencia a respirar aire fresco de las montañas.

Con el dibujo del check-out cerramos la sesión y nos despedimos hasta la semana siguiente, que sería la última sesión.

Observación y análisis del movimiento

La postura corporal de Inés era convexa y su constitución corporal era delgada. Era deportista y esto se podía percibir en la organización corporal y en que las partes del cuerpo se movían de manera sucesiva. Durante toda la sesión hizo respiraciones profundas y su expresión facial era seria y concentrada. Daba la impresión de que se tomaba muy en serio todo el trabajo terapéutico y corporal.

En referencia a los aspectos relacionales, en ningún momento buscó el contacto físico conmigo, sí en cambio el contacto visual y verbal. Durante el check-in y el calentamiento estábamos sentadas de frente y había mucha distancia entre nosotras, pero durante las dinámicas esta distancia se acortó e Inés parecía tolerarla sin dificultad.

Las cualidades que resaltaron en la dinámica de movimiento de Inés fueron un flujo conducido, una tendencia al espacio directo, al peso firme y al tiempo sostenido. Todo ello me hacía pensar que estaba haciendo esfuerzos para contener sus emociones, tomar conciencia de sus sensaciones y focalizar su atención. Todo ello tenía sentido si reparamos en los intentos que Inés estaba haciendo para canalizar sus enfados, para valorar lo positivo y para seguir adelante, en

resumen y utilizando sus propias palabras “para ir de la oscuridad a la luz”.

En cuanto a las acciones, describiré la dinámica que consistía en caminar por el proceso terapéutico, ya que creo aporta información sobre el proceso terapéutico y da cuenta de algunos aspectos que han ido saliendo a lo largo de las diferentes sesiones. Al principio de la caminata, Inés empezó a caminar en un tiempo sostenido y mostrando una postura cóncava, es más, Inés tenía la mitad del cuerpo doblado y ponía de manifiesto todo ese “peso que llevaba encima” del que hablé en la primera sesión y el cual compartía con sus compañeras. Su expresión facial era de miedo y su mirada se dirigía hacia el suelo. Poco a poco fue poniéndose recta y apareció una postura corporal convexa. Su peso que antes era pasivo y se balanceaba hacia los lados, fue adquiriendo una cualidad más firme y su cabeza se elevó. En un momento incluso abrió los brazos hacia el cielo. Al final de la caminata, Inés acabó abrazándose a sí misma y expresando que sentía más amor hacia su persona. En esta sesión hubo una combinación de los ritmos de lucha y de aceptación, que daban cuenta de cómo iba poco a poco aceptándose a sí misma y a sus circunstancias y por otro lado, mostraban su lucha tanto por hacer frente a los retos de su vida como a los intentos por mantener una estabilidad emocional.

Contratransferencia

La valoración positiva de Inés hizo que me sintiera contenta y libero parte de los bloqueos que había sentido las semanas anteriores durante las improvisaciones en movimiento de después de la sesión. Pero cuando fui repasando la sesión, una vez más sentí que mi tendencia era la de proponer dinámicas sin dar lugar a los silencios o al vacío y por lo tanto a veces transitaba por la sesión de manera forzada y atropellada. Además, volví a sentir la necesidad de hacer respiraciones profundas, incluso sentía que en mí también

predominaba el flujo conducido, como si yo también estuviera haciendo sobreesfuerzos para mantener mi propia estabilidad emocional y contener todo el material que se iba moviendo en las sesiones, el cual me impresionaba mucho pues sentía que tenía una gran responsabilidad.

7ª SESIÓN: RECONECTAR CON LOS RECURSOS PERSONALES, CIERRE Y DESPEDIDA

Contenido de la sesión

La primera en llegar a la última sesión fue Inés, que llegó incluso unos minutos antes. Marisa avisó que iba a llegar un poco más tarde, así que empezamos la sesión a las 12h en punto. Inés y yo nos encontramos una vez más solas. El check-in resultó bastante silencioso y enseguida pasamos al calentamiento, el cual acabamos guiando las dos con propuestas de movimiento intercaladas.

Para la parte de la dinámica en movimiento le propuse que hiciéramos un círculo con las sillas y que cada silla representase a cada participante del grupo, incluyéndome a mí. Mientras escribo esto me doy cuenta de que Inés fue la única integrante del grupo que conoció a todas las participantes. En un principio la dinámica que tenía preparada era grupal pero decidí llevarla delante de esta manera. Entonces le ofrecí un ovillo y le propuse que fuese dedicando una frase o alguna palabra a cada una de sus compañeras para despedirse. En el momento que llegó Marisa, hacia la mitad de la sesión, Inés estaba despidiéndose de ella, así que ocupó la silla con la que estaba interactuando Inés y escuchó las palabras que tenía para ella. Luego intercambiaron los roles y fue Marisa quien fue pasando el hilo de silla en silla y despidiéndose de cada mujer. Luego espontáneamente las dos mujeres empezaron a hablar del proceso y expresaron su sorpresa al descubrir la Danza Movimiento Terapia, ya que al principio pensaban que *les iba a poner a bailar* y después,

sesión tras sesión descubrieron que era algo más profundo y que las sesiones se moldeaban a su ritmo y necesidades.

Para terminar la sesión, le pedí a cada una que hiciera una frase en movimiento que resumiese el proceso y realizamos el círculo Chace una última vez. Luego hicieron el último dibujo que daría el final al proceso.

Observación y análisis del movimiento

Esta sesión fue la única sesión en la que puse a disposición de las participantes un material. Las indicaciones de la dinámica no invitaban a usar el material libremente o a elegir si utilizarlo o no, pero cabe decir que las dos participantes aceptaron y siguieron la propuesta del hilo y las sillas. De esta manera, pudieron ponerse en relación con las mujeres que no estaban e incluso conmigo, sin tener que hacerlo directamente. Por el contrario, las dos mujeres iniciaron y buscaron el contacto visual y verbal con las personas que estaban presentes, es decir, conmigo y con la compañera. Por último, aunque dentro de la sesión no buscaron, ni iniciaron el contacto físico, a través del círculo Chace, les invité a abrazarnos y aceptaron y disfrutaron del abrazo colectivo. Una vez terminada la sesión, antes de marcharse las dos mujeres tomaron la iniciativa de abrazarme y darme dos besos. Este gesto no lo tuvieron entre ellas porque hicieron el camino de vuelta juntas pero sí que mostraron intenciones de seguir manteniendo contacto entre ellas, ya que un poco después recibí un mensaje en el que una de ellas me pedía el contacto de la otra y esta última aceptó con gusto dárselo.

La mayor parte de la sesión fue de pie, a diferencia de otras sesiones en las que pasábamos mucho tiempo sentadas, debido a que el check-in se alargaba mucho. En esta sesión, pude observar que los cuerpos de pie de las mujeres mostraban posturas más convexas que cuando estaban sentadas. Creo que la postura de pie, les invitaba a

ponerse en acción y a estar dispuestas a hacer frente *a lo que venga*. Cuando estaban sentadas, sobre todo en las esterillas, donde sus espaldas rara vez estaban apoyadas, sus espaldas se hundían hacia el suelo, como si abandonasen todo el peso y dejaran que el suelo se hiciera cargo.

En cuanto al uso del espacio, este fue delimitado por el gran círculo que formaban las sillas en el medio de la sala. La kinesfera personal y general de las mujeres fue pequeña, tal vez esta fue su manera de recogerse y hacer frente a la despedida. El nivel utilizado fue el nivel medio, exceptuando un momento concreto en las frases de movimiento en las que levantaron los brazos. La predominancia en cuanto a los planos fue el plano sagital, el cual se podría decir que está muy relacionado con el plano utilizado en un proceso migratorio, en el que el impulso es de caminar hacia delante.

Las cualidades de movimiento que predominaron fueron el flujo conducido, el espacio directo y un tiempo sostenido. El peso en cambio presentaba variabilidad y me resultó difícil identificarlo, probablemente porque su sentido del self y sus intenciones también era variables, en función de las oportunidades que les ofreciera el país de acogida, puesto que de momento, todas eran solicitantes de asilo e incluso la permanencia en el País Vasco estaba en lista de espera. De ahí también, que el tiempo que predominase a menudo era el tiempo sostenido y que el flujo fuese conducido, ya que mantener la estabilidad física y psicológica a menudo suponía un sobreesfuerzo.

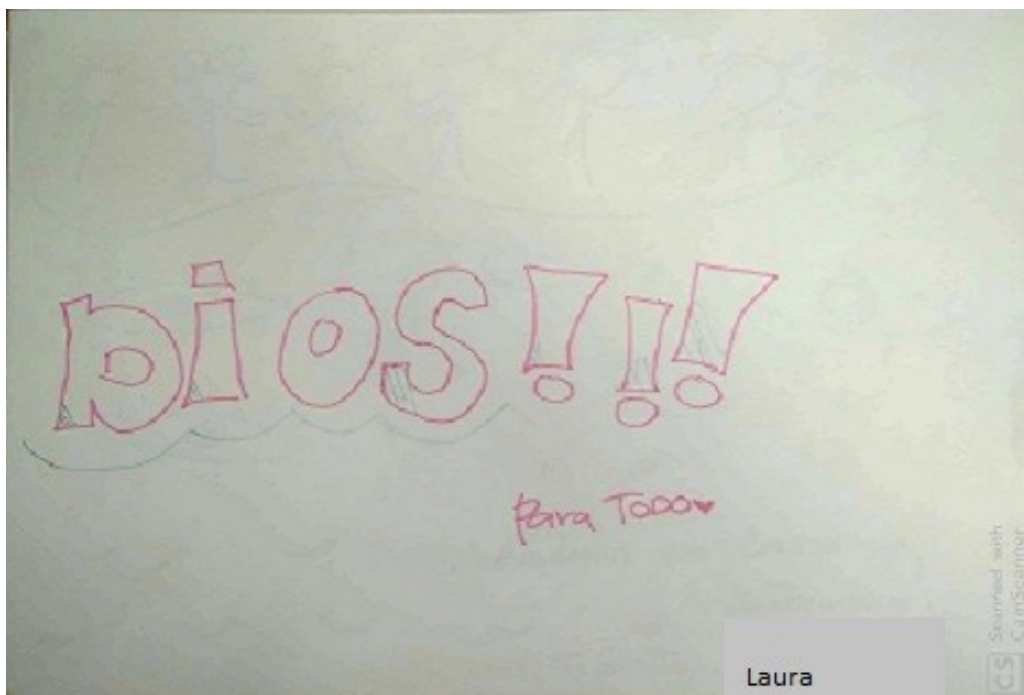
En este mismo sentido, en esta última sesión, volvieron a predominar los ritmos de aceptación y se observó una ausencia de los ritmos de lucha.

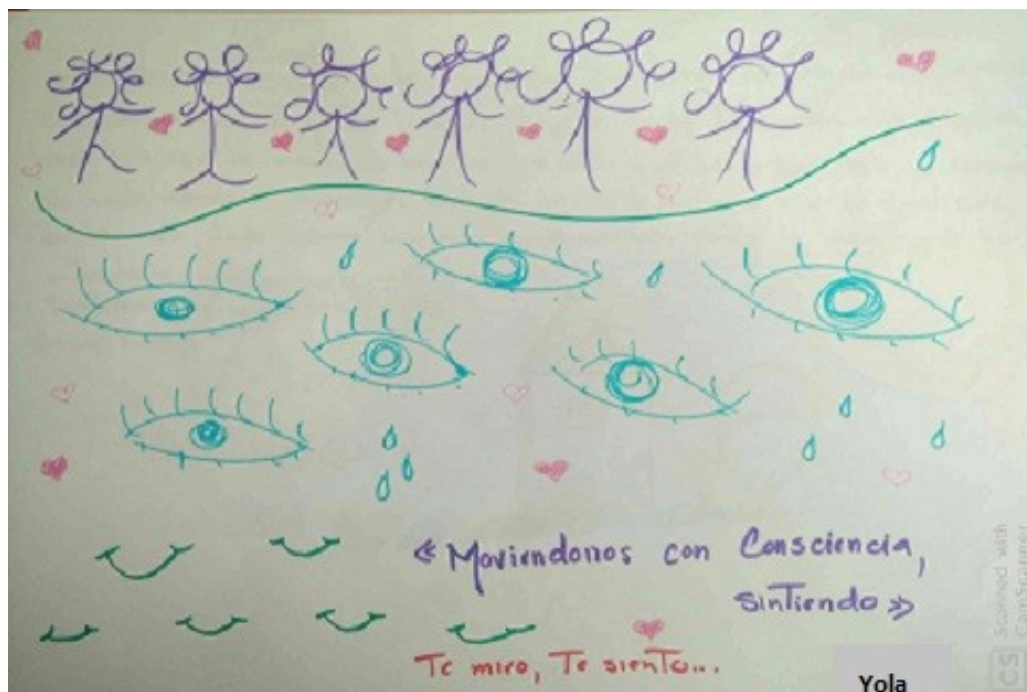
Contratransferencia:

Siento que tengo mucho que aprender todavía, pero estoy contenta del proceso que he llevado a cabo con las mujeres. Pero si escucho mi cuerpo, la alegría se desvanece un poco y me siento como en apnea, debido a que cuando me entrego, a veces dejo de respirar. Siento la necesidad de hacer respiraciones profundas y no todo el rato consigo llenar mis pulmones. Creo que al haber trabajado con mujeres, mi nivel de entrega ha sido mayor, ya que su nivel de entrega también lo era respecto a las personas que les rodeaban. Muchas de ellas tenían que hacerse cargo solas de sus familiares y sabemos que en general, a lo largo y ancho de este mundo las mujeres hemos sido educadas para cuidar, incluso para inmolarnos si es necesario, para llevar a cabo estos cuidados. Es más, dos de ellas dejaron de venir debido a que tenían que llevar a cabo tareas de cuidados.

Anexo 6: Dibujos y escritos del proceso terapéutico

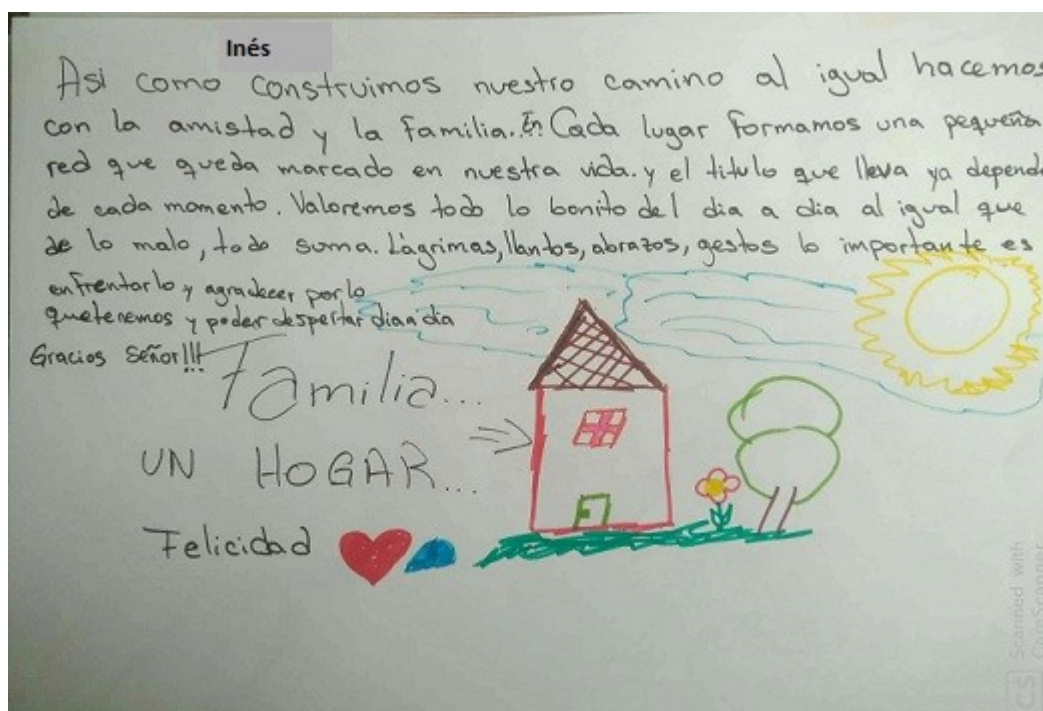
8 de octubre (día 2)





Anexo 5: Dibujos y escritos de las participantes durante el proceso terapéutico

8 de octubre (día 2)





8 de octubre (día 2)

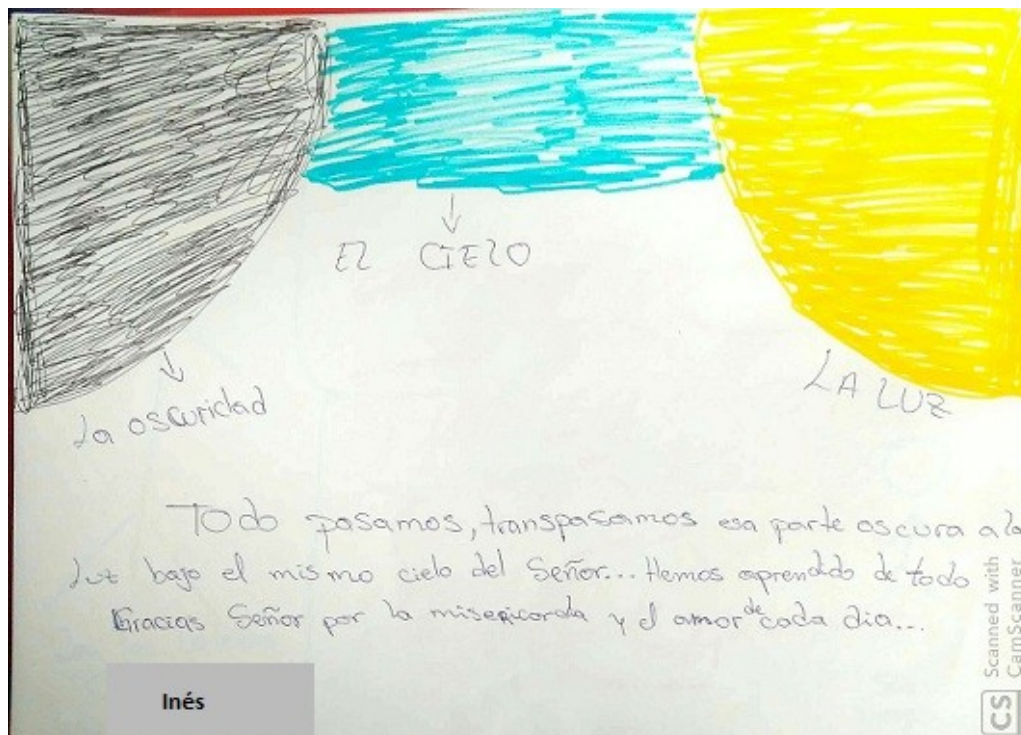
Hoy es un gran día para darles gracias a Dios por este espacio que buen se que me ama. Solo pudo fuerzas. muchas fuerzas. no quiero ni puedo desfallecer.

gracias. espero seamos una gran familia

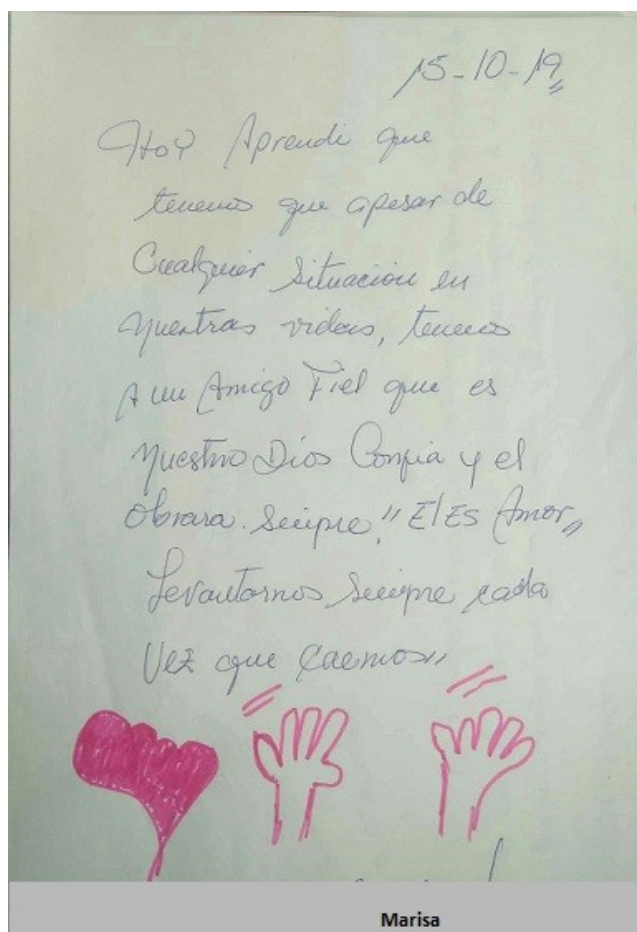
Tatiana

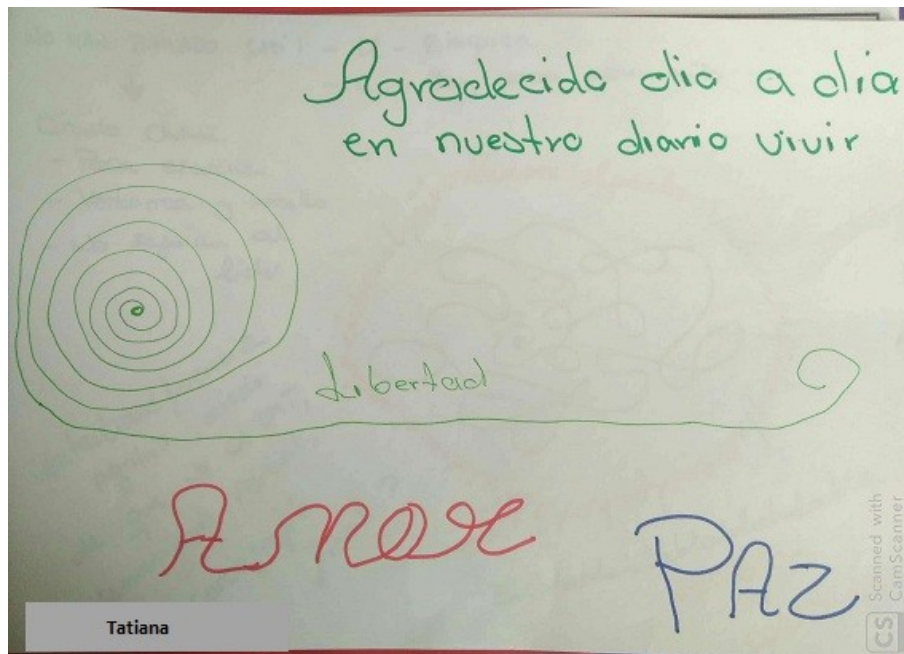
Scanned with CamScanner

15 de octubre (día 3)

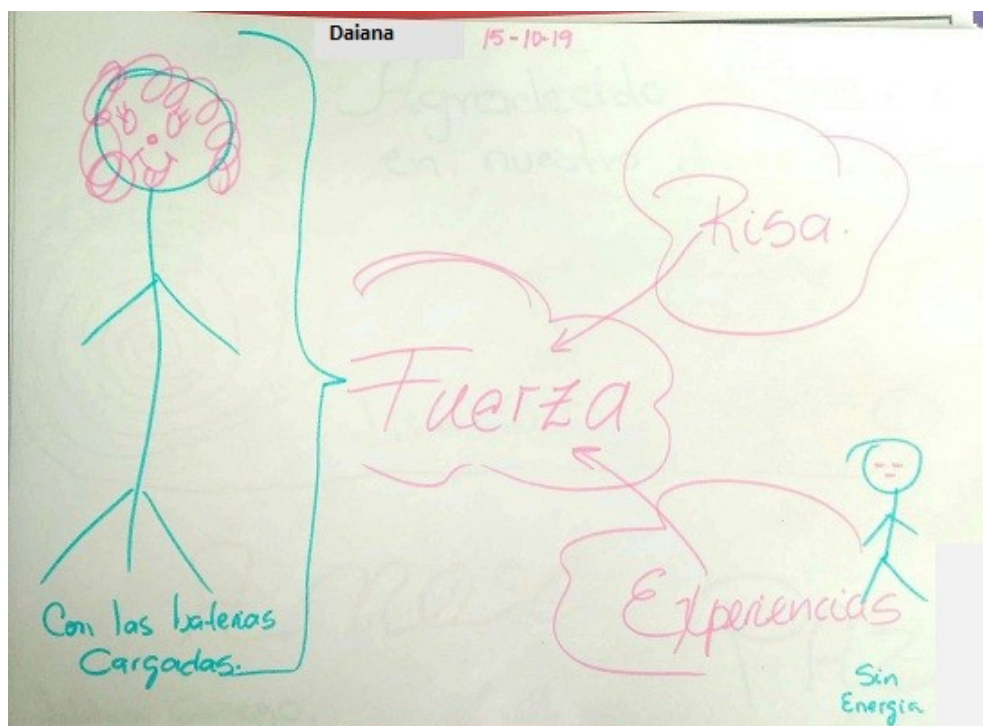


15 de octubre (día 3)

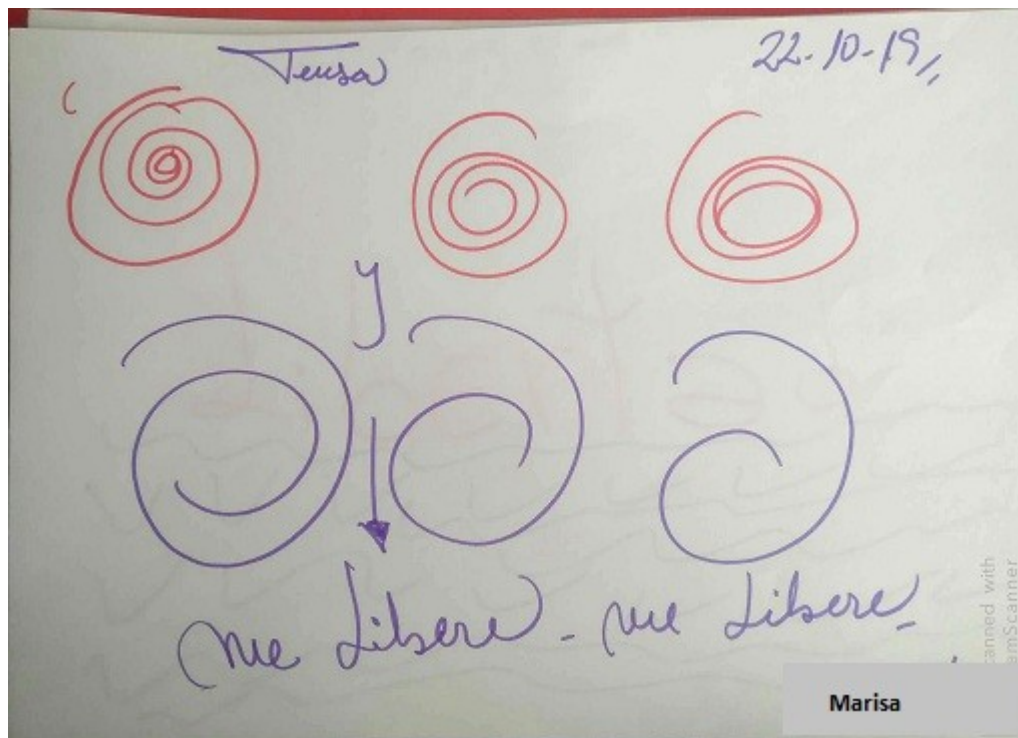




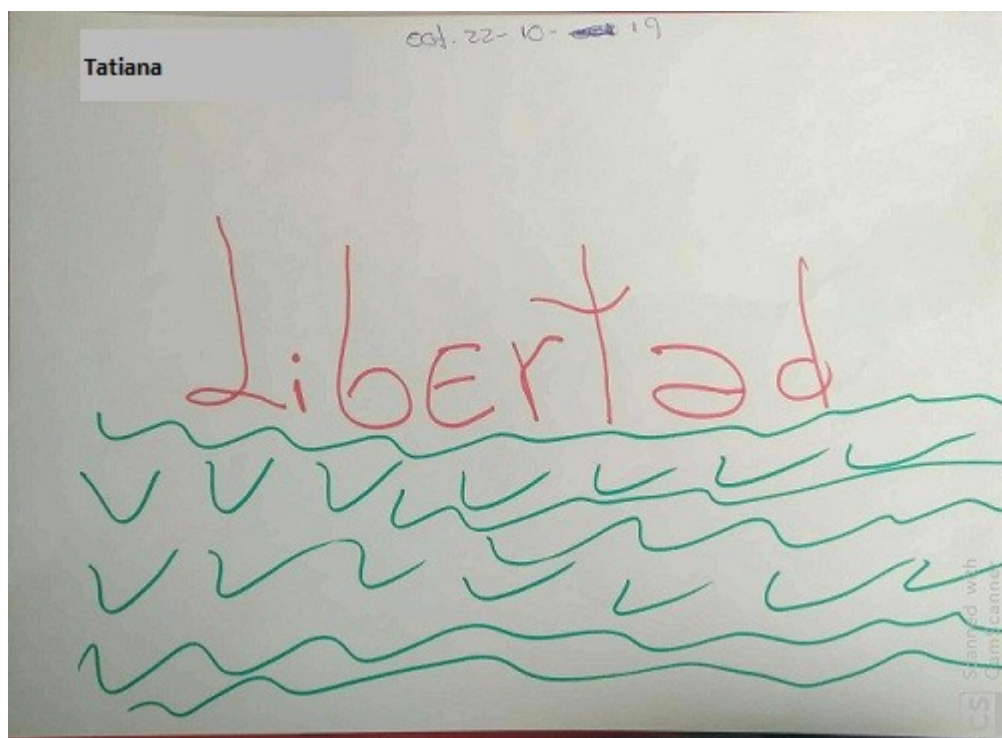
15 de octubre (día 3)



22 de octubre (día 4)



22 de octubre (día 4)



[illegible]

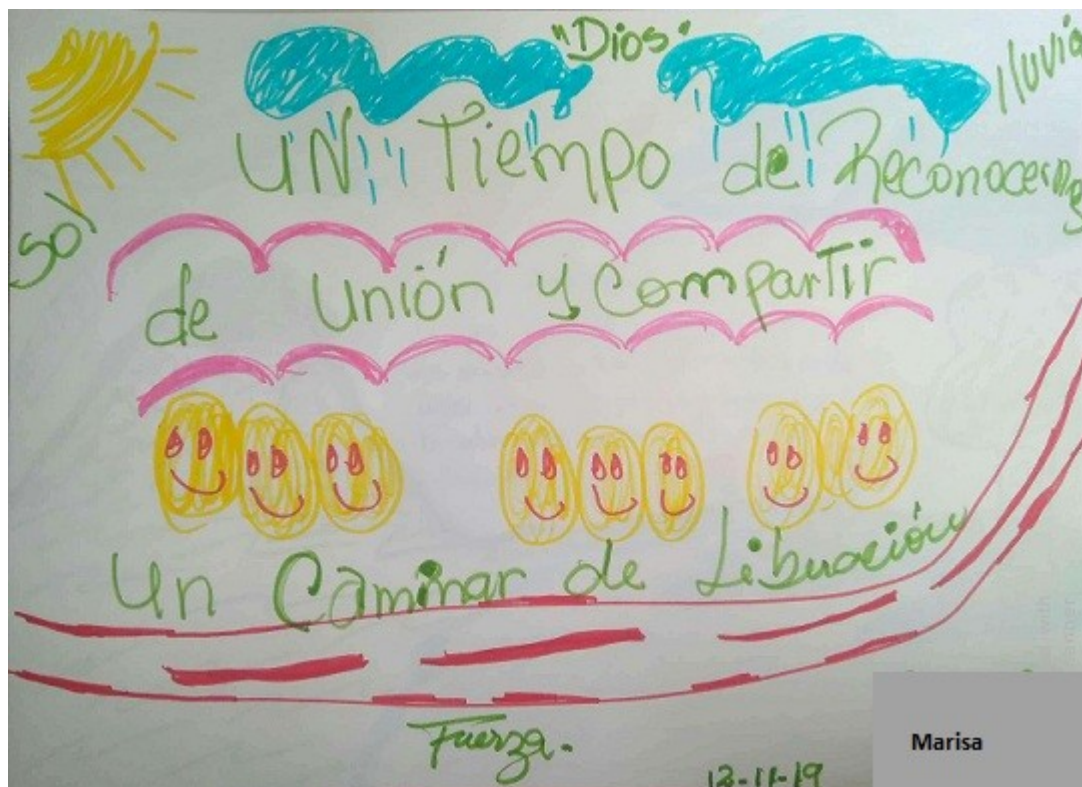
FESTIVO PURO
SABOR A LIBERTAD.
PARADEAR CADA
OPORTUNIDAD
DE MOSTRAR LA VIDA

Scanned with
CamScanner

12 de noviembre (día 7 - último día)



12 de noviembre (día 7 - último día)



Anexo 7 : Cuestionario de evaluación

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DEL TALLER DE DANZA MOVIMIENTO TERAPIA

- ¿En general, te ha ayudado el taller de Danza Movimiento Terapia? Si la respuesta es sí, ¿en qué te ha ayudado? Si la respuesta es no, ¿Qué hubieras necesitado?

- ¿Cree que la Danza Movimiento Terapia, es una herramienta útil para contar su historia?

- ¿Cómo experimentaste el trabajo en grupo en el que participaste?

- ¿Puedes comentar algo sobre el trabajo corporal y de movimiento?

- ¿Encuentras cambios personales relacionadas con su participación en el taller?

- ¿Hay algo que no le haya gustado o que le hubiera gustado cambiar (del taller o de la terapeuta)?

- ¿Puedes comentar sobre la presencia y el trabajo de la terapeuta?

- ¿Hay algo que quiera añadir/compartir?